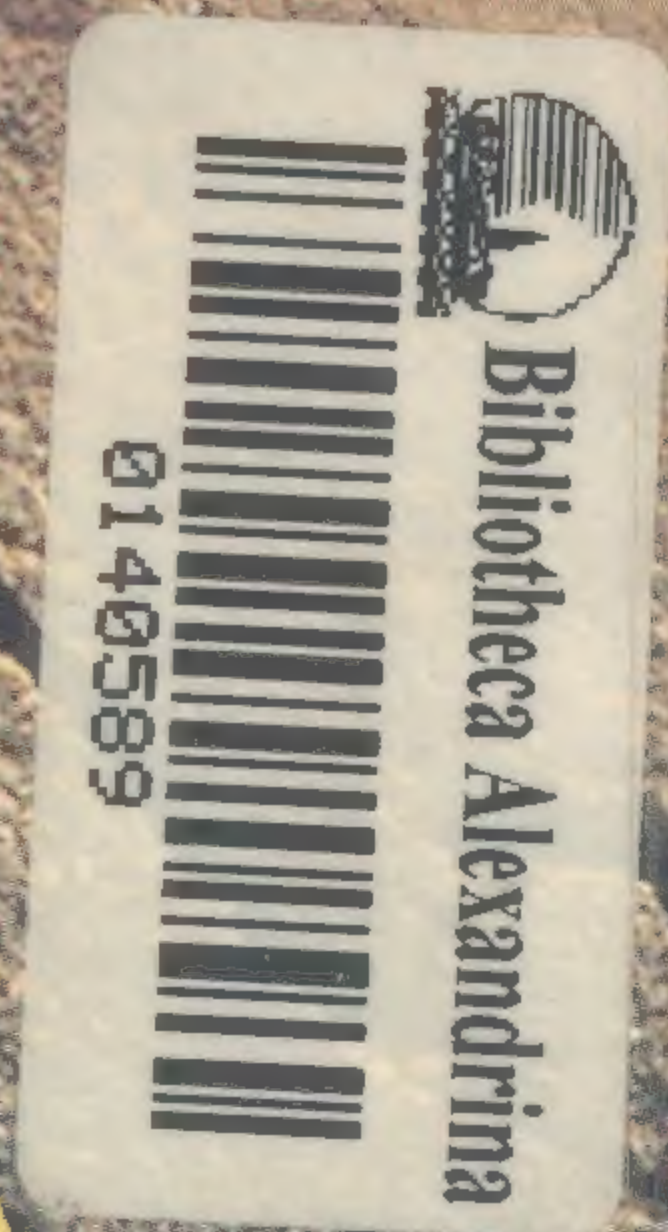


أنيس منصور

# شباب البحر



المكتبة المصرية الحديثة







تشیان  
الجزیر

الطبعة الأولى يناير ١٩٩٨

جميع حقوق الطبع محفوظة

---

المكتب المصري الحديث للطباعة والنشر

٢ شارع شريف عمارة اللواء القاهرة ت: ٣٩٣٤١٢٧

٧ شارع نوبار المنشية الاسكندرية ت: ٤٨٤٦٦٠٢

فاكس القاهرة ٣٤٧٥٤٢٧ - ٣٩٣٤١٢٧

رقم الايداع : ١٩٩٨/١٩٦٧

الترقيم الدولي I.S.B.N

977-209-031-7

أنیس منصور

# نشانی الخیر

المکتبۃ المصریۃ الحدیث



## كلمة أولى

إذا كنا جادين فى حل مشاكل الشباب فالأرض هى الحل. وما لم تكن هذه حقيقة مؤكدة وما لم تنفرد هذه الحقيقة بأن تكون عصا موسى التى تأكل كل الأفاعى والمعوقات، فلا أمل فى حل..

ولا حل!!

وليس يكفى أن نقنع أنفسنا بهذا الأمل، ولا أن نجعله حلما مزمناً لكل شاب فى مصر، ولا أن نجعل لهذه الكلمات طعم المعجزة القادرة على تحويل البحر إلى طحينة، وتركيب لسان على كل حبة رمل فى صحارينا لكى تتكلم "عربى" وإنما أن نقنع بها السادة الوزراء واحدا واحدا ووزير التعمير والمالية والإقتصاد والداخلية، ونؤكد لهم أن الشباب لن يهربوا بالأرض .. وأنهم ذهبوا ليقيموا هم وأولادهم ومعهم مستقبل مصر. وإنهم مواطنون شرفاء يؤمنون ببلادهم وربهم وإنهم جادون. أكثر منا جميعا..

فإذا اقتنع السادة الوزراء والوكلاء والمدراء، فليقدموا دليلاً واحداً على هذا الإقتناع.

ولكننا نعلم جميعاً، أن هناك عقبات وغداً تتوالى وتتوالد.. وإنها جميعاً ذات صفة واحدة: القضاء على كل أمل عند أى شاب وعند هذا الجيل من أوله لآخره.

وإذا كان هذا هو ما يفعله المسئولون لحل أزمات مصر، فما حاجتنا إلى أعداء، وما حاجتنا إلى حروب وإلى خراب وإلى دمار وديون.. فكل ذلك موجود عندنا. وهو الشيء الوحيد الفائض عن حاجتنا، والذي يجب أن نلقيه فى النيل مثل عروس البحر - ما دام النيل هو الآخر لا يفيض! هذا الشيء هو الروتين العتيق، هو اللامبالاة هو ظاهرة "التصحّر" - أى الهجوم على الأرض الزراعية وتحويلها إلى صحراء.. أو الزحف على الأمل وإتهامه مثل الجراد، حتى تصبح الأرض المزروعة خراباً ياباً.. إنه الروتين "هو الجفاف" -

المصيبة إننا جميعاً نعرف ذلك.. الشباب يعفون ويتوجعون ويتأملون ويضربون رؤوسهم فى الحائط.. والحائط هو هذا



الشيء الوحيد الذى تفاجأ به يقوم ويعلم من تلقاء نفسه، لا  
لشيء إلا ليكون فى متناول الرؤوس اليائسة!!  
ثم نلوم الشباب.. ولا نقطع رقاب هؤلاء الذين يغرسون اليأس  
وينتظرون بصبر عجيب كيف ينمو غضبا وعنفا وموتا!!

أنيس منصور ١٩٩٧



## هذا الإغتيال

لا يملأ الأيدي الفارغة من العمل، والعيون الفارغة من الجمال،  
والعقول الفارغة من المعاني إلا تراب مصر.

ولا شيء يدل على أن مصر كلها جادة إلا إذا أطلقت الشباب  
على الصحراء وأطلقنا وراءه الماء.. ولا شيء يدل على بيروقراطية  
مصر وعلى أننا "أحفاد الكاتب المصرى الجالس القرفصاء" إلا  
حشد مئات الألوف من الشباب فى دواوين الحكومة وتوفير  
المقاعد وسندوتشات الفول التى تبيعها الدولة فى زمن تباع فيه  
مارجريت تاتشر المطارات والسكك الحديدية والنور والماء  
للشعب. لماذا؟؟ لأن تاتشر ترى أن الدولة أكبر من أن تباع الفول  
وتذاكر الطائرات والقطارات!!

ولا شيء يدل على أن روح التدمير لا تزال عميقة متسلطة على  
مشاعرنا إلا عندما نقف فى وجه الشباب الذى يريد أن يغامر وأن



يقتحم وأن يكون بطلا، إلا حين نلقى الوحل على كل من يحاول أن يؤكد أن مصر لم تمت ولن تموت. وكل من يحاول أن يثبت ذلك في يوم واحد عندما دعا ألوف الشبان ليعملوا في زرع الأرض ورصف الطريق وجمع الثمار.

لقد حاول أحد الشباب العصاميين ويملك مئات الملايين أن يجعل الشباب يبدأون كما بدأ، وأن يرد لهم إيمانهم بأنفسهم ومستقبل مصر، كما فعل هو ونجح.. فماذا حدث لهذا الشاب الذي نذر نفسه للشباب؟؟

شيء عجيب أن تقف منه كل الصحف موقفا عدائيا، وأن تشوه الفكرة وتحطم المشروع وتدفن هذا الشاب في أفكاره -وهكذا تجعله وحده ييكنى على أنه فكر في تحويل دموع الشباب من حبات من العرق الطاهر، إلى حبات من اللؤلؤ تلمع في ظلام اليأس وسوء الظن، ووحل التواكل على الغير- وعلى الدولة بصفة خاصة..



إن الذين يقتلون الأفكار الشابة لا يقاتلون شابا واحدا، وإنما مستقبل مئات الألوف.. ملايين الشباب الذين يجب أن تتولد فيهم وبهم الوصايا العشر لإنقاذ مصر..

الوصية الأولى: أن يعملوا بأيديهم وبأفكارهم في أرضهم ليصبحوا قادرين على تنفيذ بقية الوصايا!!



## الجيل والناس

هتلر كان صاحب نظرية: القوة عن طريق المرح.. وبهذه النظرية خلق جيلا من الشباب يلعب ويكون جيشا فاتحا: يزرع الأرض ويبنى المصانع ثم يحمل السلاح ويقتل فى كل الاتجاهات..

أما النظرية فصحيحة.. أما التطبيق فشرير.. فهو قد خلق أجيالاً من الشبان الأصحاء. ولكنه حشدهم من أجل خراب ألمانيا وأوربا كلها. ومن خلال المرح من الممكن أن نجعل جيشا من العمال والفلاحين والموظفين أيضاً. وذلك من معسكرات العمل فى زراعة الأرض وتشجير الصحراء ورصف الطرق وبناء المدن وبناء المعسكرات بتدريب الشباب على النظافة والتعاون والانضباط. وأن يعمل الواحد من أجل الجميع وأن يعمل الجميع من أجل الهدف

الواحد. زراعة الأرض البور وتشغيل الأيدي العاطلة وتنوير العقول  
الفارغة وملء الجيوب المفلسة وإضاءة المستقبل الغامض..

زرت معسكرات للشباب فأعجبني وأسعدني وبهرني ما رأيت..  
هذه الوجوه الحلوة السمراء، هذا المرح الصادق. هذه السواعد  
هذه السيقان هذه الحناجر هذا الذكاء هذا الوعي هذا القلق على  
المستقبل - عيون تتألق بالمعاني كأنها قطع الماس الحر في خزانة  
الحاضر، هدية للمستقبل..

إن من الظلم أن ندين جيلا من أوله وآخره ونقول: تافه..  
جاهل.. مغرور.. ضائع!!

ليس تافها من ينشغل بمستقبله، وليس جاهلا من استغرقته  
الكتب الجامعية، ولا مغرورا من يثق بنفسه وبلده، ولا ضائعا من  
يريد أن يجد لنفسه طريقه إلى السلام والبناء والرفاهية..

ولكننا فقط نسينا كيف كنا شبابا، وما الذي كان يقوله آباؤنا لنا  
وعنا.. نسينا أننا كنا مثل هؤلاء الشبان تماما. وقيل لنا أيامها: لا  
أمل لنا ولا أمل فينا.. ثم نكرر ونؤكد أننا حققنا ما سوف يعجزون  
عنه..



بل سوف يصنعون ما عجزنا نحن عنه.. إنها مسألة وقت..  
وقتهم هم وليس وقتنا نحن!!  
إن كل جيل له أناس، وكل أناس لهم جيل، وكل جيل له  
قضية.. وكل جيل يعرف ما يناسبه وما يقدر عليه.. وواجبنا أن  
نفسح الطريق والصدر إلى مستقبلهم الأفضل!!

## نوعان من الأخلاق

إن ظهور هذا العدد الكبير من الغشاشين واللصوص والهاربين من العدالة، جعل الفقراء الأمناء يحمدون الله على نعمة الشرف. ولكن ظهرت لهم مشكلة أخلاقية: ولماذا يصبح اللص غنيا والغشاش ناجحاً؟؟ فما جدوى الشرف والأمانة؟؟ ومشكلة أخرى أصعب: متى يصبحون هم أيضاً أغنياء في هذه الدنيا. أم أن الدنيا للصوص والآخرة للشرفاء. ولكن إذا كان بعض الشرفاء لا يقدرّون على مقاومة إغراء الفلوس والسلطة، ألا ترى أنهم معذرون إذا سرقوا من أجل الزوجة والولد؟ أليس هؤلاء اللصوص بفلوسهم ومراكزهم مصدرا للعذاب اليومي لكل من عنده شرف ودين.

فكان الفقراء يتعذبون كل يوم بضميرهم وشرفهم، وبثروة الأغنياء وسلطانهم.. ويتعذبون أكثر وأكثر بأن هذا قدرهم، وأن لا حق لهم في أن يكون عندهم أمل.. فأين عدلك ورحمتك يارب!!  
هناك نوعان من الأخلاق:



أخلاق وقائية وأخلاق علاجية. أما الأخلاق الوقائية فهي لحماية الناس من شر الناس فهي "أفكار سابقة التجهيز" مثل: الصبر مفتاح الفرج. والفلوس تيجى بالمرض، بلاش منها.. والمؤمن مصاب.. وكلها أرزاق، ولا أحد يموت جائعاً. الخ.

أما الأخلاق العلاجية فهي مجموعة الأوامر والنواهي التي يتلقاها الطفل في المدرسة وينساها في الشارع عندما يذهب إلى بائع الحلوى فيجد زملاء له يشترون بعشرات الجنيهاً ويلقون بها في "دواسة" سيارة كبيرة ولا يأكلونها، وإذا حاول أن يمد يده أو يطيل لسانه، تحولت كل عيون الناس ورموشهم إلى كراييج تهدده.. وإذا تجرأ أكثر فقوانين الدولة كلها ضده... ويكتشف بعد ذلك أن قوانين الدولة هذه ليست منيعة كما تبدو، وإنما بها ثغرات كثيرة، ورغم أنها في متانة الصلب فإن ثقبها يمكن توسيعها بلفافة من الأوراق المالية!!

يعنى أيه؟ يعنى هذا حال الدنيا. الأغنياء يزدادون ثراء، والفقراء يزدادون فقراً - قالها السيد المسيح: من معه يعطى به ويزاد، ومن ليس معه يؤخذ منه!! لماذا؟ هناك ألف إجابة على ذلك. ولكن هذه

الإجابات تبقى الوضع على ما هو عليه، ويظل الشاكي يشكو  
لطوب الأرض.. أملا في ليلة القدر وطمعا في الجنة!!



## خطبة الجمعة

أنقل إليك نص الحوار الذى دار بينى وبين إذاعة الشباب فى  
إحدى الدول العربية:

ما الذى تنصح به الشاب لكى يقرأ فى الأجازة؟؟  
أولا لا أنصح أحدا. فالشباب يكرهون النصيحة.. فالشباب  
النصيحة.. فعندهم فائض من نصائح الأب والأم والمدرسين  
والصحف.. ولكن أرى أن الشباب حر فى إختيار المفيد والنافع..  
وإذا كان لا بد أن يقرأ فما الذى يقرؤه؟؟

هو الذى يحدد إن كانت القراءة شىء لا بد منه.. أو ليست  
كذلك.. فإذا قرر أن يقرأ فليقرأ أى شىء. فالقراءة يجب أن تكون  
متعة.. لأن الشاب قد فرغ أخيرا من القراءة التى لا متعة فيها -قراءة  
الكتب المقررة- فليقرأ أى شىء..

فما الذى تستطيع الدولة أن تفعله للشباب إذا أراد أن يستفيد من وقته فى الأجازة..

إسأل الشباب الأجانب الذين يجيئون إلى مصر فى فصل الصيف.. إسأل أى واحد منهم عن الذى تكفل بالإنفاق على سفره وإقامته، فسوف تجد إحدى الشركات أو مؤسسات الرأى العام أو المخابرات.. إنها تطلب إليه تجربة أدوية المناطق الحارة، وأن يكتب تقريراً عن شعوره عند عودته.. أو تطلب إليه أن يكتب تقريراً عن زى المصريين.. أو غطيان زجاجات الكوكا التى يلقى بها المصريون.. عرفت شاباً مصرياً أمه يابانية كلفتة إحدى شركات الراديوهات أن يكتب تقريراً عن كيف يمسك المصري بالراديو الصغير وكيف يستعمله وما هو أول شيء يلفت نظره.. الحجم.. الشكل.. اللون.. الإسم.. قابلت شاباً ألمانيا يعمل لحساب شركة باير للأدوية.. كان مكلفاً بتجربة أثر الماء المالح فى الأقمشة وفى الجروح وفى العيون وفى أحمر الشفاه!!

- وماذا تفعل الفتيات فى الصيف؟؟



- لا فرق بين ما تستطيعه الفتاة وما يقدر عليه الفتى.. وقد رأيت عددا من الشبان يعملون معا.. فتى وفتاة.. وكان موضوع الدراسة والبحث هو كم يتكلف الزوجان الشابان إذا قررا الحياة في القاهرة أو الإسكندرية أو أسوان. ووجدت شابا إيطاليا مستشرقاً قد كلفته إحدى الهيئات الكاثوليكية بمتابعة خطبة الجمعة في مساجد القاهرة وأسيوط!!

ولابد أن هناك من يستفيد من وراء هذه المعلومات!!

## كأنه لن يموت

الجيل السندويتش: هو كل إنسان في الخمسين من عمره، فهو وسط بين الشباب والشيخوخة. هذا الجيل بدأ الاهتمام به . أكثر الهيئات اهتماما به شركات التأمين والشركات السياحية. فهي جميعا قد اختارت الجيل السندويتش هدفا لها.. فهي تريد أن تطيل إحساسه بالشباب، وأن تبعد عن رأسه أنه مقبل على الشيخوخة.. وأنه خلاص يا لله حسن الختام.. ورجل هنا ورجل هناك.. ويبقى حناخد زماننا وزمان غيرنا وربنا يعديها على خير والمثل يقول جبال الكحل تفنيها المراود وطول العمر تفنيه السنين قد اتخذت هذه الشركات الأمريكية شعارا هو أن أحسن عشر سنين في حياة الإنسان هي ما بين الخامسة والأربعين والخامسة والخمسين!! ولذلك درس عدد كبير من علماء النفس أنسب الألعاب والرياضات والسهرات والمشروبات والمأكولات والأصدقاء..

ووضعوا كل هذه الدراسات على شكل نصائح لجيل السندويتش..  
مثلا: اختر لك صديقا له إهتمام مختلف عن إهتمامك.. ليس من  
الضرورى أن تكون كل سهراتك عائلية.. زوجته وزوجتك  
وأولادك وأولاده.. إنه ليس صحيحا أن النوم الراحة الوحيدة، سوف  
تنام طويلا بعد ذلك، إن ساعات النوم القليلة العميقة أفضل من  
ساعات النوم المتقطعة.. ليس الطعام هو لذتك الوحيدة.. وليست  
اللذات العنيفة هى التى تهتم.. وإنما المتع الهادئة.. لا يزال عندك  
وقت.. لا تشعر لحظة واحدة بأنك تلعب فى الوقت بدل الضائع..  
هذا هو الوقت والأرض لك وأنت وحدك مع الجول.. شوط..  
صفارة الحكم تحتسب لك هدفا..

إن النصائح التى تقدمها هذه المؤسسات للشعوب الآسيوية التى  
تعرف كيف تتذوق الحياة فى كل سن فهى هكذا: إذا كنت قد  
اعتدت أن تنام على الأرض، فاستمر على الأرض وهذا أفضل  
للعمود الفقري.. إذا كنت نباتيا.. فلا تأكل لحما من أى نوع..



إذا كنت تدخن وتجد لذة في ذلك، فاستمر في التدخين..  
يجب أن تتزوج إذا كنت أعزب لتجد أحدا، بدلا من أن ترى  
وجهك فقط كل يوم في المرأة.

جاء في كتاب عن "الأربعين عاما الأخيرة من عمرك" هذه  
العبارة لمكيموتو الذي اخترع صناعة "اللؤلؤ المزروع" قال: عشت  
كأثنى لن أموت أبدا.. وزيارة الناس لقبرى أكبر دليل على ذلك  
فاجعلها حكمتك- هكذا يقول الكتاب!!

## إنها أمـانة ...

شبابنا ضائع تائه، وسبب ذلك أنهم حائرون بين القيم التي يتعلمونها وما يرون في الحياة اليومية.. أو أنهم لا يعرفون أين في الحياة وأين الكذب في الكتب. أو هل الصدق في الكتب والكذب في الحياة.. وكيف يعيشون وعلى أى مبدأ وقاعدة..

ثم أنهم غير قادرين على أن يغيروا ما لا يعجبهم.. وغير قادرين على أن يعيشوا كما يعجبهم . ويقال لهم عادة: أأنتم صغار .. ثم إنكم لم تتعلموا شيئاً تستحقون عليه الأجر والمركز . ما يزال الطريق أمامكم فاتعبوا كما تعبنا، وتعذبوا كما تعذبنا .. وأشربوا المر الذى شربنا، وأهضموا الكذب الذى هضمنا، وأصنعوا الصدق الذى صنعنا .. وليس من العدل أن تأخذوها جاهزة طازجة مهضومة .. إلى آخر ما نقوله عادة للشبان الصغار .

وفى إنجلترا ظهرت فى الخمسينات جماعات "الأدباء  
 الساخطون" .. وفى أمريكا ظهرت جماعات "الأدباء الصاخبون"  
 .. وانتقلت العدوى إلى العالم كله فانتشر الصاخبون الساخطون  
 القلقون الذين لا يجدون لهم مكانا مريحا على حجر الأب و صدر  
 الأم وأحضان المجتمع ، فهربوا من الحياة العامة إلى الكهوف أو  
 إلى الخيام أو إلى دنيا المخدرات. لماذا؟ لأن الحاضر لا يعجبهم  
 ولا يريحهم..

وفى السبعينات ظهر جيل جديد أسمه "جيل بعدين" أو "جيل  
 يوما ما" .. هذا الجيل الجديد هو الذى يقول أن الحياة صعبة فى  
 بلدنا ، فلنجرب فى بلاد أخرى "وبعدين" أو "يوم ما" نعود إلى  
 الوطن .. يجب أن نجرب ونتفرج ونعاني ونتعذب بعيدا ،  
 "وبعدين" نرجع إلى المكتب والمصنع والحقل نبنى كما بنى الذين  
 من قبلنا وأحسن وأجمل .. ولا داعى للإنتظار الذى يبعث على  
 الملل، والملل الذى يبعث على البأس ولا بأس الذى يدعونا إلى  
 الهرب بأنفسنا بعيدا عن الناس والواقع.  
 فهل نحن ظلمنا الأجيال الجديدة؟



لم نظلمها إذا مددنا أيدينا ووسعنا صدورنا وفتحنا لهم بصدق  
طريق الأمل .. وإذا ترفعنا بهم ، وإذا أشرنا إلى الجانب الجميل من  
الدنيا .. وإذا أفسحنا لهم مكانا فى كل مصنع ومكتب ومدرسة  
ومستشفى .. أنها أمانة يجب أن نؤديها إلى أصحابها، وهم  
أصحابها ، وأصحاب هذا البلد غدا!

## حضارتهم أفلست

ما الذى أصاب الشباب فى هذا العالم؟

ليس سؤالا فقط ، وإنما هو عنوان كتاب إشتراك فى تحريره  
سبعة من علماء النفس الأمريكان والإنجليز والألمان . أما هؤلاء  
الشباب فعددهم سبعة آلاف فى أمريكا وأوروبا . وأعمارهم بين  
الخامسة عشر والعشرين ، متزوجين وعشاقا فماذا جرى لهم؟  
ما بحث هؤلاء العلماء عن حالة هؤلاء الشباب وجدوهم جميعا  
من الأغنياء . فأدهشهم أول الأمر أن يكون الإنسان شابا غنيا فى  
أمريكا تعيشا كيف ؟ ولماذا؟

أول ما لاحظته هؤلاء العلماء على شباب العالم أن هناك أزمة  
فهم- أى أنهم لا يجدون اللغة الواحدة ولا الهدف الواحد لكل  
تصرفاتهم .. أو بمعنى هذه الحياة عندهم وعلى ذلك فهناك  
عالمان: عالمهم والآخريين الأكبر سنا والأكثر تجربة ..

والمعنى الثانى : أن هؤلاء الشبان لا يحاولون أن يكونوا مفهومين عند الآخرين . وفى نفس الوقت يطالبون من الآخرين أن يفعلوا ذلك أى أنهم هم "الأصل" ومن عداهم من الناس هم "الفرع" .. أو بعبارة أخرى: يجب على غير الشبان أن يفهموا الشبان وأن يتعايشوا معهم .

ثالثا: أن الشبان وحدهم .. وأن هناك "مؤامرة" من العالم كله لإبقائهم على هذا الوضع .. أى عزلهم ونبتهم وطردهم واحتقارهم واستنكارهم .. بل وتركهم يغرقون فى الشماتة فيهم بعد ذلك!

رابعا: أنه من الأفضل لهؤلاء الشبان أن يفتشوا لهم عن مكان خمر - خارج البيت أو خارج الأسرة أو خارج المجتمع له .. أو عليهم أن يذهبوا إلى كواكب أخرى ويتركوا هذه الأرض للذين هم أكبر سنا!

خامسا: يرى هؤلاء الشبان أيضا أن أحسن إعتذار يقدمه الغربيون جميعا هو أن يعتنقوا المذاهب الشرقية الدينية السرية والسحرية والأسطورية .. بل وأن يستعبروا نفس أسلوبهم فى الحياة لأن الحضارة الأوربية الأمريكية قد أفلست . وهذا إقرار بذلك..



ومن توصيات هؤلاء العلماء، حلاً لهذه الأزمة الخطيرة: أن يبقى الأب والأم عن العمل . أن يتزوج الشبان فى سن مبكرة .. أن يقترب منهم رجال الدين بأسلوب عصرى- لأن الشبان أكثر إيماناً بالله من آبائهم وأجدادهم .. وأن حاجتهم إلى الله سببها أنهم يستنجدون بالسماء ضد أهل الأرض !

## الصبر من الجميع

الشباب كالزئبق فى كفك.. إفتح يدك يستقر فى بطنها، أقفل يدك يهرب من أصابعك!

فهل هذا صحيح؟ وما هو معنى فتح اليد وقفلها؟ وإلى أى حد تفتحها، وإلى أى حد تطويها؟

إن مثل هذه العبارات تقترب من معنى الشباب. فهو يشعر إذا فتحت له الدنيا .. أى إذا أبعدنا عن القيود والحواجز .. فالشباب ليس ضارا ولا خطرا ولا مخيفا. انه فقط كائن قلق. أى انه يريد أن يعرف .. يريد أن يفهم .. يريد أن يجرب قدراته .. له رأى أو يجب أن يكون له رأى وأن يكون رأيه مستقلا عن الآراء التى سبقتها. عن رأى والديه ومدرسيه وحاكميه.

فهذا الاختلاف فى رأى مظهر من مظاهر الاستقلال فى الحياة .. إنه حريص على أن ينمو . وعلى أن يكبر . وأن يكون على مستوى واحد من الآخرين أيا كانت سن الآخرين وأقذارهم .  
فهل هذا خطأ؟ ليس خطأ.

إذن أين يقع الخطأ؟ الخطأ يقع عندما يتصور الشباب أنه هو وحده الصحيح وكل الناس على خطأ وعندما يتصور أن شهادة الميلاد هى المؤهل الوحيد للبقاء والسيطرة .. بمعنى أن الأصغر سنا هو الأكبر عقلا، وأن الأكبر سنا أضعف قدرا وقدرة . فليس هذا صحيحا . لأن كل إنسان كان يوما صغير . فصغر السن ليس مؤهلا ينفرد به الشباب ، وإنما قد سبقه إلى ذلك ملايين . ثم إن كبر السن ليس عورة، فسوف يصبح الشاب كبيرا فى السن أيضا . إذن ما هو المقياس؟ لمقياس هو الفهم والتجربة والصبر والكفاح . أى مطلوب من الشباب أن يتروى وأن يجرب فى حكمه على الناس أو على غيره من الشباب .

ولكن الشباب مختلف بطبعه عن الكبار .. أولا هو قلق .. وليس القلق عيبا . وإنما هى طبيعة فيه .. مثل لمعان العين ونعومة



بطن الكف. وظهور الشعر فى وجهه وذراعيه وصدره .. والشباب الذى لم يعرف القلق ليس شابا ، ولا أمل فيه .. فإذا نحن جردنا الشباب من أن يكون لديه أمل وعنده أحلام وحب مغامرة واستعجال لما سوف يحدث، جردناه من أن يكون أنسانا له قيمه.. فالشباب كله ليس نحاطنا ، كما أننا جميعا لسنا على صواب ... إننا جميعا لسنا على صواب ... إننا جميعا نقتسم الخطأ والصواب والذى يفصل بيننا فى قضايانا: الاحترام المتبادل والصبر من الجميع!

## كروش وقروش ..

النكتة معناها: أن تزغزغ واحد من الناس بسكين. أى أنك تبكيه منك ، ثم تجعله يضحك على نفسه!

مثلا هذه النكت القديمة عل إنشاء "مديرية التحرير" التى أشرف عليها مجدى حسنين: ما هو الفرق بين المليونير أحمد عبود والضابط مجدى حسنين: إن الأول يحول التراب إلى ذهب ، والثانى يحول الذهب إلى ترايا انتهت النكت التى أضحكنا وأبكتنا على فلوس مصر التى تروح تحت الأرض ولا تجى . ولكن هل هدتنا إلى أى حل ؟ لا حل.

وهذه النكت تدل على سوء فهم للفلوس وتراب الصحراء.. فالفلوس لا يمكن إذا ألقيتها فى الأرض أن تعود عليك بالفائدة فورا ورمال الصحراء لا يمكن أن تعطيك ما تريد بمجرد أن تريد . إنها مسافة طويلة جدا بين أن يتحول الرمل الأصفر إلى تراب أسود ،

وأن تتحول البذور إلى أوراق وزهور وثمار .. إن الصحراء فى حاجة إلى أن نمحو أميتها فتعرف كيف تحتضن البذور وتنبتها وتنميتها وترعاها .. إن الصحراء فى حاجة إلى أن يكون لديها حنان على البذور، وأن يكون لديها شئ من الامتنان للذين تعبوا فى إصلاحها وزراعتها ورعايتها .. إن وقتا طويلا ومالا كثيرا يجب أن ننفقه على الرمال حتى ترد إلينا بعض ما أودعنا فيها .. وهذه هى معارك الصحراء .. أن معارك روميل زحفا وإنسحابا من العلمين ، من الأعمال الرائعة ولكن زراعة الصحراء هى المعركة الكبرى ضد الموت الأصفر..

ومنذ أيام سافرت إلى منطقة مريوط وشمال مديرية التحرير . ورأيت جانبا من معارك الصحراء .. ولم يكن الذين يعرضون علينا سر القتال جنرالات وإنما خبراء .. إنها معركة هادئة .. إنها تحويل كل ذرة رمل إلى خلية حية .. وكل بقعة صفراء إلى مساحة حضراء ، وكل بذرة إلى شجرة .. وكل شجرة إلى عشرات الأروغة للمليون طفل الذين يولدون فى مصر كل عام..

إننا اليوم نواجه خطرين: الأرض الخصبة يستردها النيل ويزحف عليها البحر ، والصحراء تطبق علينا من كل جهة .. ومطلوب منا: أن نوقف البحر عند حده ، وأن نرد كيد الرمال المعتدية على وادينا الضيق من الشرق والغرب .. إنها ليست فلوسا تتحول إلى تراب فقط ، وإنما هو تراب يتحول مرة أخرى إلى قروش وكروش!

## إنه الهذيان

- عندنا مشكلة خطيرة فى مصر ليس لها نظير فى العالم كله..  
إننا جميعا نتهم كل الناس بكامل حريتنا . ونشتم ونسمى الأسماء  
بأسمائها :

هذا هو المسرح الفكاهى، ويكون هذا الكلام الذى يضحك له  
الناس تفريجا عن همومهم . فالناس يجدون فى المسرح ما يقولونه  
فى البيت وفى الشارع ، ولكن بصورة أجمل وأوقع، ويكون  
الذهاب إلى المسرح نوع من "العلاج الجماعى" . فالناس هدف  
للنقد ، والناس يضحكون على أنفسهم وينظرون بعضهم إلى بعض  
ويهناون أنفسهم على هذه التسوية الشاملة ، ولا يخجل أحد من  
أحد فالأمراض واحدة ، والأعراض واحدة ، وكلهم يعرفون ذلك  
.. فهم عراة أمام الممثلين وأمام أنفسهم - وهذا هو العلاج !



ولكن عيب هذا الإنطلاق النفسى، والتفريج اليومى لعذاب الناس أنه هو النهاية والبداية فالناس ذهبوا ليضحكوا وقد ضحكوا تماما كما يجلسون على كرسى هزاز . وقد أهتزوا وتددغذغت أعصابهم انتهى. مع أن هذه هى البداية : بداية العلاج فالغرض من المسرح هو أن يرى الناس عيوبهم أوضح ، ليعملوا على تلافيها .. لنعمل جميعا . والحقيقة أننا لا نفعل شيئا غير الضحك. لماذا ؟ لأن الهدف هو أن نقول وأن يقال. لا أكثر ولا أقل!

وهذا الخطأ أو الخطر يتكرر فى التليفزيون أيضا مثلا : المسلسلات التى تدعو إلى تعمير الصحراء وتشجيع الشباب على أن يزرع ويبنى ، قد امتلأت بالسخرية من أجهزة الدولة التى تعطل كل شئ وهذا هو قمة النقد الذاتى .. الدولة تنقد نفسها ، كما أن المسرح الأهلى الشعبى ، ينتقد الدولة وإستسلام الشعب . إذا النقد عام لكل أجهزة الدولة ، رسميا وشعبيا. فماذا كانت النتيجة؟ لا نتيجة. لماذا؟ لأننا قد اعتدنا على هذا الكلام . فلم يعد للكلام قوة ولا للنقد أثر . وهكذا نكون قد جردنا أنفسنا من الصحة العقلية ..

وجعلنا موقفنا بأنه نوع من الهذيان .. الممثل يهذى .. والمتفرج  
يهذى، والدولة معذورة إذا لم تصدق أحداً !  
أما غلطتنا فهي أننا لا نفعل شيئاً بعد ذلك.

## الثقة ليست تملطا

ظهرت أفلام ومسلسلات تفضح تهريب المخدرات وبيعها وإدمانها بعد ذلك .. ولأنها كانت فكاهية ، فقد كان مصيرها هو نفس مصير "النكت" التي نسمعها ونضحك ثم ننشرها ونضيق بها .. ونبحث عن نكت جديدة في أفلام ومسلسلات أخرى !

وظهرت مسلسلات وأفلام عن إصلاح الصحارى ، وعن تجريف التربة ، وإقامة العمارات على الأرض المزروعة .. وعن القانون الذى ليس قانونا . وما هى الحيل التى تلجأ إليها الفلوس لكى ينحنى لها القانون وينكسر ظهره وينقطع لسانه..

وهكذا يتحول المسلسل أو الفيلم إلى نكتة طويلة لها كل صفات النكتة: فرقة .. وإهتزاز .. وبعد ذلك صمت ثم أننا نتلهف على نكتة جديدة .. وإذا لم نجد لها اخترعناها .. فأين الغلط؟

لا غلط فى النقد الذاتى .. ولا فى فضح أنفسنا أمام أنفسنا . بل هذا واجب فنى وأخلاقى وإجتماعى وسياسى . لابد أن يدلنا أحد على عيوبنا أملا فى علاجها . وهذا هو واجب الفن والأدب . فالفن كالأدب : إنه طب العلاقات الإنسانية .

ولكن الغلط فى أننا نكرر ذلك كثيرا وأنت تعرف ماذا يكون رد فعلك إذا سمعت النكتة الواحدة عدة مرات .. وحتى لو كانت من أشخاص مختلفين أو بأشكال مختلفة .

فرد الفعل هو إفتعال الضحك .. ثم الملل ومن عيوبنا نحن المصريين أننا نمل بسرعة . وفى نفس الوقت نعذب أنفسنا بالملل . فكان الهدف أن يتعذب الناس وأن يرتضوا ما يسمعون . فإذا ضاقوا رفضوا . فكان المطلوب هو أن نرفض الهدف وراء هذا النقد .. أى كأننا ندعوا أنفسنا إلى الضحك من أجل الضحك . أما ما عدا ذلك ، فلا هو مطلوب من الممثل ولا من الكاتب ولا من القارئ ولا من المتفرج فالسلبية الهزلية هى المطلوبة من الجميع! وهذا شكل جديد من أشكال الإدمان .. أى التعاطى مع فقدان السيطرة على النفس ونحن نفقد السيطرة لأننا فقدنا الوعي .. وهذه السلبية

هى التى جعلتنا نشعر بأن المسرح "غرزة" .. الداخلى مسطوول  
والخارج أيضا . وهكذا أضعنا على أنفسنا حكمة الحضارة  
الإنسانية كلها فى أن يكون المسرح "مصححة" الأمراض الإجتماعية  
والنفسية .



## إنهم أحسن حالا

إننى أجد أعذارا جاهزة للشباب . فقد كنت شابا يوما ما وكنت مثلهم أتعجل الوصول - أو على الأصح أتعجل الظهور ولم تكن وسيلتى إلى الظهور سوى القراءة والكتابة - الكثير جدا من القراءة . ولم أكن أفضل نوعا معينا من الكتب . إنما أى كتب لأى مؤلف . المهم ما أجده . ربما كنت أحسن حالا من غيرى . فقد ولدت والكتاب فى يدي ، أقلبه أمزقه بعينى على صفحاته دون أن أفهم شيئا . ولكن اعتدت عليه حتى أصبح حياتى .. وأنا أخذ على الشباب أنهم لا يقرءون كثيرا . ربما كان إهتمامهم بالرياضة أكثر . هذا أفضل فقد ندمت على ذلك كثيرا . فلم أتعلم رياضة واحدة . ولا حتى رياضة المشى أو العوم أو ركوب الخيل ، أو أى نوع من أنواع الكرة أو أى نوع من أنواع الورق - مع الأسف . فأنا أستريح من القراءة بتغيير مادة القراءة ، كذلك يستمتع بالإذاعة ،

فيغير محطاتها فقط ولكنه يظل ملتصق الأذن والعين بالميكروفون  
والشاشة ..

وفي أيام الدراسة كنت لا أتصور أن يكون الواحد طالبا ولا عبا  
أيضا فكنت اندهش للصديق عبد الله عبد أبارى رئيس مؤسسة  
الأهرام وهو يذهب إلى ملاعب التنس وقد ارتدى زيا أبيض وفي  
يده مضرب التنس .. وأندهش أكثر كيف جمع أستاذنا د. لويس  
عوض عددا من الطلبة يستمعون إلى الموسيقى الكلاسيكية ولم أجد  
في ذلك الوقت تفسيراً لهذا السلوك الغريب. أو للزميلة الإذاعية  
اللامعة أمال فهمى وهى تغنى لام كلثوم فى حفلات كلية الآداب  
ولكنى أعترف بأن الشباب بإهتمامه بالرياضة والغناء والموسيقى  
أحسن حالا وأسلم جسما وعقلا .. ولكنى لا أظنه أكثر ثقافة ولا  
حرصا على المدخل الصحيح لكى يكون أكثر علما وأعمق فهما  
لكل مشاكل الدنيا .. وبعد تجاربى الطويلة الفاشلة فى تعلم  
السباحة فإننى أرى أن تعلم القراءة والتذوق أيسر كثيرا جدا من  
الطفو على سطح الماء

## كنز لا يفنى ...

ياناس يا هوه لا أمل ولا أمان لبلدنا هذا من غير زراعة الصحراء.  
والله لا أى أمل من أى نوع. فنحن بلد أرضه الزراعية قابلة  
للإتساع. ونحن بلد ربع سكانه شباب ثروة عظيمة. هذا الشباب  
أكثره ضائع تائه.. وهو معذور إذا تساند على جدران مزيفة وسلك  
طرقا وهمية من أجل أى هدف أى غاية تنقذه من الشعور بأنه ابن  
غير شرعى لقي بأنه منبوذ مرهوب فى بيته وفى بلده.  
يجب أن تتجه كل سياسة الدولة وإقتصادها وتخطيط مستقبلها  
إلى الصحراء ..

وفى هذه الحالة لا يهمنى ولا يخيفنى أن يكون تنظيم هزلى  
للأسرة المصرية.. أبدا فنحن فى حاجة إلى كثير من العمال  
والفلاحين والمهندسين من كل نوع لزراعة الصحراء.. ليس  
ضروريا أن تكون المناطق التى سوف نخصصها للزراعة هى التى

---

تحتضن القرى السياحية القريبة من كاميرات الصحف والتلفزيون..  
وإنما الصحراء حولنا والماء يجرى بحيرات من تحتها.. الصحراء  
تربة متفجرة الحيوية تماما كالشباب الذى يريد أن يبنى نفسه ببناء  
بلده، ويبنى بلده ببناء نفسه..

إن زراعة الصحراء هى أعظم خطة من الممكن أن تتبناها مصر  
إلى نهاية القرن.. لا أعظم ولا أروع ولا أكثر حيوية من هذه  
الخطة. خطة تحتاج إلى سياسة لا تقبل المناقشة ولا المزايدة،  
تحتاج إلى عقليات جريئة..

ما الذى يخيف مصر كلها من أن توزع الشباب على هذه  
الأرض وأن تساعدكم بالمال والماء والنور والطرق والتليفونات ..  
ما الذى يخيف مصر لو تقدمت .. شركات أجنبية بضمانات  
وأعطيتهم الملايين من أرض مصر يزرعون ويستأجرون ويكسبون  
إن نجحت الشركات فالمال أخذناه وبقيت الأرض عندنا ، وإن لم  
تنجح فهو درس تعلمناه والأرض عندنا -وهى بديهيات لا تحتاج  
إلى كل هذا التكرار عمال على بطل..

الأرض هى العرض فعلا..

والزراعة: كنز لا يفنى - ولكن ليس بهذه الصورة ولا بهذه  
المعوقات التي تؤدي إلى بوار مصر وتبوير الشباب!!



## الإبداع ممكن

طبيعى أن يتعجل النجاح كل شاب. كنا شباباً وكان هذا حالنا. فالذى يكتب يريد أن ينشر.. وإذا نشر يريد أن يكون مشهوراً. وإذا أصبح مشهوراً، فضل وسائل الإعلام الحديثة، أحس كأنه العقاد والحكيم.

وكذلك الذى يغنى يريد أن يلحن، والذى يلحن يريد أن يغنى.. وصاحب وصاحبة الأغنية الواحدة يتوهم أنه عبد الوهاب وأم كلثوم. !!!

مع أن عبد الوهاب وأم كلثوم وعبد الحليم وفايزة أحمد لم يبلغوا هذه العظمة الفنية إلا بألوف الساعات من الغناء لمئات الأغاني وعشرات السنين. فالشباب يتعجل الوصول..

وكان الفيلسوف الفرنسي فولتير ينصح سيدة تريد أن تكون أديبة  
فيقول لها: ممكن ولكن ليس قبل أن تعرفي ماذا قال غيرك، وماذا  
يمكنك أن تقولي أفضل!

وكان الأديب الساخر أوسكار وايلد يقول: عندما أكتب فرائني  
أضع تحت قدمي، كل ما كتبه الأدباء والشعراء في ألف سنة!  
وعلى الرغم من بشاعة هذه العبارة فإن صاحبها المغرور الأكبر  
الإنجليزي المعاصر كان حريصا على أن يقول ما هو أجمل  
وأعمق..

ويقال أن الشاعر أبو نواس، وهو عظيم الموهبة، حقيق الخلق  
عندما أخذ ينظم الشعر نصحه أديب كبير بأن يتوقف فوراً. ثم قال  
له: ليس قبل أن تحفظ ألف بيت من الشعر!!  
فغاب أبو نواس سنة وعاد إليه يقول: حفظتها. فهل أنظم الشعر؟  
وكان جواب الأديب: لا..

بل ليس قبل أن تنسى الذي حفظت تماماً!!  
وغاب أبو نواس عاماً وجاء يقول: نسيت الذي حفظت!  
فقال له الرجل: الآن تستطيع!!

والمعنى: يجب أن يمارس الفنان مختلف أنواع الفنون، ويعايش  
تجارب الآخرين.. ويتدرب على التذوق والحفظ.. ثم ينحى كل  
ذلك جانبا، ويبدع هو!!

## كلمة فى الأرض

أسأنا الظن بكل الذين احتلوا أرض مصر.. فكفرنا بكل الذى قالوه. ورأينا الصحيح هو أن نعمل عكس ذلك.

قال هيرودوت أبو التاريخ: إن مصر هبة النيل، أى أن النيل هو الذى وهبنا الأرض.

أى أن النيل هو الذى جعلنا فلاحين، أما نحن فلم نبذل جهداً.. ولما جاء عمرو بن العاص إلى مصر وصفنا بأننا سلبيون: نبذر الحب ونرجوا الثمار من الرب - أى فلاحون كسالى..

وعندما جاء الأتراك قالوا: إننا فلاحون - أى لسنا أفندية ولا جنوداً ولا أتراكاً!!!

وجاء الإنجليز فقالوا: إننا فلاحون ولا نحب فلاحه الأرض ونفضل أن نكون أفندية ونجلس على المكاتب..

فتوارثنا كراهية الأرض. وأصبح أمل الفلاح أن يهرب من الريف إلى المدينة...

ولا يزال الفلاح يهرب من الأرض بنفسه وأولاده إلى المدن العربية والأمريكية. غلطة فظيعة يجب أن نتداركها الآن بأن نزرع الأرض ونتوسع ونعطيها للشباب يبنى عليها مستقبل مصر كلها وهذا هو المستقبل الحقيقي. إنه تحت أقدامنا ، ولذلك يجب أن نرفعه ونضعه فوق أكتافنا ورؤسنا..

ولا مستقبل لهذا البلد إلا فى الأرض. فالأرض مصنع عظيم للمعادن والطاقة والأكسجين.

وفى الدنيا حولنا تطورت وسائل زراعة الأرض والصحراء والصخور وزراعة الماء بلا تربة. وبالأزراعة بالطول وبالعرض.. والتحكم فى مواسم الزراعة وتغيير حجم الخضروات والثمار والزهور..

وقد رأيت فى الأسابيع الماضية عددا من شباب مصر يزرعون سيناء والوادي الجديد وبين القاهرة والأسكندرية.. والقاهرة والإسماعيلية.. ماذا أقول؟؟



إن كانت المصاعب والكوارث والهموم قد حجبت عنا وجه  
مصر الحقيقي فهؤلاء الشباب هم الوجه الصبوح والأمل الباهر  
والغطاء الذهبي بكل عمالتنا ومعاملتنا - صدقوني: إننا نحن الذين  
نضيق ببلادنا نحننا أنفسنا في عواصمها، ولكن بلادنا لا ولن تضيق  
بنا!!

## لا تستعجل !

مثل قديم يقول: من لم يكن رشيqa في العشرين، قويا في الثلاثين، غنياً في الأربعين، مستقرا في الخمسين، فلا مستقبل له.. ولا أعرف معنى هذا الترتيب، لأنه من الممكن أن يبدأ الإنسان من النهاية أو قبلها. فيكون عاقلا مستقرا، ولكن المهم أن يحقق كل هذه الصفات أو بعضها..

ولكن أهم ما في المثل هو أن الإنسان في مرحلة الشباب يجب أن يحقق لنفسه وهو سليم البدن منتعش العقل شيئا في مكانته الاجتماعية لا بد فهو قادر على العمل وقادر على الراحة أيضا لأن الإنسان في سن متأخرة، إذا استطاع أن يعمل ويتعب. فليس من السهل عليه أن يستريح. وإذا أكل فليس سهلا أن يهضم..

ولكن في سن الشباب يتعجل الناس بلوغ الأهداف فهم لا يرون إلا الهدف، وينسون الطريق الصعب إليه، وإذا انتبهوا إلى صعوبة

الطريق، لم يفعلوا ما هو صحيح فبدلاً من العمل فإنهم يسرقون  
وبدلاً من إصابة الهدف فإنهم "يتسللون" ..

والإنسان في شبابه لا يصدق مثل هذه العبارة : لا تستعجل  
فسوف تحصل على كل شيء في حينه !

فقط يصدقها في سن متأخرة جداً عندما لا يكون قادراً على  
الإستعجال، ولا يملك إلا إنتظار النهاية !!

ولا يصدق الشبان مثل هذه العبارة لا تذهب إلى الطبيب عند  
كل ألم، ولا إلى المحامي عند كل مشكلة، وإلى الكأس عند كل  
عطش ..

لأنه من الصعب أن يصبر على الألم. إنه يريد أن يقفز فوق  
المشاكل مع أن المشكلة عقدة، والعقدة لها حل والحل راحة  
قصيرة في حياة أكثر تعقيداً !!

## بل هموم أخرى

كل شيء وكل حيوان وإنسان له عمر. فالذى يبدأ لا بد أن ينتهى، والذى يولد لا بد أن يموت، وقبل أن يموت فإنه يضعف ويترامى ويسقط.. كأنه يموت قبل أن يموت!!

فالشينخوخة هى الموتة المتكسرة أو الخطوات البطيئة المتكسرة المهتزة التى تسبق السكون الأبدى.. وكذلك كل الأجسام السماوية حولنا.. فإذا كان عمر أرضنا أربعة ملايين سنة فلا بد أن تموت.. أن تنهار.. أن تموت من البرودة أو من الحرارة أو تتحول إلى تراب وغاز كما كانت ولا بد!!

وإذا كانت بعض العقاقير تساعد الإنسان على أن يتخفف من المرض.. أو حتى ساعدت على أن يطول عمره عاما أو عشرين عاما، فلا بد أن يموت.. ولكن المهم أنه فى الإمكان أن يضيف إلى عمر الإنسان. شهورا وسنين..

إن الكتب القديمة تقول لنا إن متشولم أحد أبناء نوح عليه السلام قد عاش ٩٦٩ عاما - ونحن لسنا على يقين من أن الأعوام في أيام نوح كانوا يحسبونها كما نحسبها اليوم.. أو هل هي أقصر أو أطول!!

علماء الحشرات قالوا أخيرا: إنه في الإمكان إطالة عمر الإنسان أو الحيوان أيضا. وكانت البداية أن أحد العلماء الأمريكيان قام بتجارب عديدة على ذباب الفاكهة. ولاحظ أن الذبابة من الممكن أن تعيش أطول من عمرها الافتراضي. فقام بتربية مليون ذبابة: ولا حظ أنه أمكن بالفعل أن تعيش الذبابة أطول من عمرها.. ولاحظ أن الذبابة إذا بلغت سنا معينة فمن السهل أن تعيش إلى ما بعد ذلك تماما. كالإنسان إذا تجاوز الستين فمن الممكن أن يعيش حتى الخامسة والسبعين.. وإذا بلغ الثمانين فمن الممكن أن يعيش حتى التسعين وحتى المائة..

ولكن ليس معنى ذلك أن يبلغ الإنسان ما بلغه متو شالح فإن جسمه ووظائفه الأخرى لها عمرها الافتراضي..

فلم يعد هناك ساعة بيولوجية في جسم الإنسان تدق عند سن معينة ويكون ذلك دعوة لكل الوظائف أن تتوقف فوراً.. إن عمر الإنسان مثل مدار سفن الفضاء.. فهي تدور فيه ومن الممكن أن تعلق وأن تهبط فوق المدار.. ومن الممكن أن تبقى السفينة عاماً وخمسين عاماً.. ولكن لا بد أن تسقط..

أبونا آدم عليه السلام عاش ٩٦٠ عاماً.. وكان عمره الافتراضي ألف سنة.. ولكن عندما علم أن النبي داود -وهو أحد أحفاده- قصير العمر طلب من الله أن يأخذ من عمره ويضيف إلى عمر داود.. فليست تضحيات الآباء فقط هي التي تقصف العمر.. ولكن هموم أخرى كثيرة ولن تتوقف أبحاث العلماء عند الذهاب وإنما هي البداية إلى عمر أطول!!



## حوار .. حوار ..

الشباب فى العالم فى حالة من الغضب.. وهذا الغضب قديم..  
بدأ الغضب بنوع من التمرد على السلطة.. سلطة الأب أو الحاكم  
السياسى والحاكم الدينى -إبتداء من ابن نوح عليه السلام.. فلم  
يشأ الإبن أن يركب السفينة يوم الطوفان..

وقرر أن يسبح إلى أى جبل قريب. ولكن نوحا عليه السلام أكد  
أنه لا عاصم اليوم من أمر ربه. ففرق ابن نوح وكان ذلك أول  
عصيان وإحتجاج فى التاريخ.. الإبن على والده.. الكافر على  
النبي.. جيل ضد جيل..

وليس يكفى أن نشخط وننظر فى الشباب لكى يقتنعوا بما  
نقول.. أو بما نحاول أن نرشدهم إليه.. وإنما الشباب فى حاجة  
إلى حوار.. إلى أخذ ورد.. إلى مناقشة.. هذه المناقشة لا نرفع فيها  
عصا، ولا يكون تهديد بمنع المصروف أو تقييد للحرية. هم

يقولون ونحن نقول.. هم يتساءلون ونحن نرد.. نحن نعترض وهم  
يبررون..

أما الخطب فما أكثرها في كل المساجد والبرامج.. وأما الحوار  
فما أقله، وأما التفاهم فما أندر..

فليكن فهم الشباب للدين خاطئا وبعض إجتهداتهم خاطئة..  
فما الحل؟ الحل هو أن نجلس إليهم بعيدا عن العدسات  
والكاميرات..

ونحن نحترم العلماء ونؤمن بالصدق، وكلنا خائف على  
الشباب. ولكن لا الشيخ محمد متولى الشعرواي ولا وزير الداخلية  
لا أحدهما ولا كلاهما قادر على أن "يحسم" هذه الفجوة بين  
الأجيال.. وإنما كثير جدا من علماء الدين والسياسة والاقتصاد  
والإجتماع في وسائل الإعلام وفي الجامعات وفي التشكيلات  
الحزبية..

فالقضية هي: إلى أين يذهب الشباب أو إلى أين يذهبون  
بالشباب؟؟

تعالوا إلى رأى سواء: كل الناس من كل لون وثنفق فيما بيننا ما الذى نريد أن نقول.. وما الذى نريد أن نحل.. وما هو حجم المشاكل؟ ما هو الممكن وما هو الصعب وما هو المستحيل.. ما هو الحل المادى والنفسى والاجتماعى والاقتصادى..؟ لكن لابد أن نتحاور ولا أظن أن التليفزيون والإذاعة والصحف هى المكان المناسب دائما.. فإن الأضواء تخطف العقول وتفسد النصيحة التى يجب أن تكون لوجه الله!!

## نحن أقل شجاعة

وإذا لم نشجع نصف المجتمع على أن يكون عاملاً نافعا ناجحاً، فمعنى ذلك أننا فرضنا عليهم الفشل.. وفرضنا عليهم الضياع.. وفرضنا عليهم أن يكون على معاش المجتمع..

فكيف يصير شاب متعلم كله حيوية وأمل ورغبة في أن يعمل وأن يكون زوجاً وأباً وأن يكون خلية عاملة إيجابية في بناء مصر، ثم نتركه يضرب دماغه في الحائط.. أو نتركه يتأمر على هدم المجتمع الذي لم يعطه شيئاً.. وحينما لا يكون مدمراً أو مخرباً فإنه سوف يتزعزع في مهب الرفض.. ويهرب من والديه إلى المساجد يصلي ويصوم ويتوجه بالدعاء إلى الله فإذا فعل ذلك فمن الذي يلوم عبداً إذا صلى وصام وقال لا إله إلا الله محمد رسول الله؟!

من المؤكد أننا لا نعرف حجم المشكلة أو نعرف جانباً منها.. ونتجاهل بقية الجوانب.. نحن نقول إنهم خارجون على القانون.

---

صح. ولكن؟؟ ما هي الظروف التي أخرجتهم؟؟ لماذا وكيف نعيدهم؟؟

وكيف نصلح حالهم؟ وكيف نعيد لهم القانون ونعيدهم للقانون؟؟ نحن نسأل ولا نجيب ونختار أسهل الطرق وأخطرها أيضا. نضربهم بالنبوت!

ولا خلاف على النبوت في ضرب الخارجين على القانون.. ولكن ما القانون؟ ولما خرجوا عنه أو خرجوا عليه؟! إننا لا نجيب عن هذا السؤال ونريح أنفسنا فنقول: إنهم ناقصوا عقل ودين.. أو إنهم ناقصوا دين.

وعلى ذلك يجب أن نطلق عليهم الميكروفونات والشاشات والصحف وخطباء المساجد.

يقولون ماذا؟ يقولون لهم: صلوا وصوموا، ولكنهم يصلون ويصومون. يقولون لهم احلقوا لحاكم؟ وماذا لو حلقوها.. فليس طول اللحية دليلا على التطرف: فالمسلمون والمسيحيون واليهود والشيعيون والفنانون والصعاليك يطيلون لحاهم!!

لسنا جادين ولا شجعان في مواجهة ما نراه خارجا على القانون  
أو التقاليد.. فليس النبوت وليس الوعظ والإرشاد وإنما هى زراعة  
الشباب فى أرض جديدة.. أرض قابلة للزراعة.. وشباب صالح لأن  
يكون مثمرا. فلا تكون هذه الأرض الجديدة منفى.. ولا تكون  
(سيبيريا) الساخنة لشباب لا يريد أكثر من أن يكون شبابا نافعا  
لنفسه وبلده..

ومن المؤكد أننا نريد له ذلك، ونريده لأنفسنا، ولكننا أقل  
شجاعة وصراحة منهم!!



## فى الشّرع أيضا

حدث فى إمبابة ما حدث بعد ذلك فى مدينة واكو بولاية تكساس الأمريكية: لقد استولى شخص على مجموعة من الناس وعزلهم عن الدولة -وأمر وتحكم فيهم كما تقول الأغنية من غير ليه..

ففى إمبابة استطاع أحد الإرهابيين وعياله أن يحيط مدينة إمبابة بالخوف والرعب.. حتى أغلق المدينة عليه وعلى زوجاته.. وعزلها عن الدولة تماما. ولم يجرؤ أحد أن يفتح فمه شهورا.. ويقال سنوات.. كيف حدث ذلك على مسافة مئات الأمتار من الحكومة المركزية بالقاهرة؟ ومن الممكن أن يحدث مرة أخرى فى أى مكان. وقد لاحظت أن هذا يحدث فى شوارع القاهرة، فتجد

واحداً قد تطوع بتنظيم المرور في مكان العسكرى وينظم المرور.

ويشخط وينطر ويعترض السيارات ولا يملك الناس إلا أن يطيعوه. لماذا؟ لأنهم يريدون من يخلعهم من عنق الزجاجة وإختناق الشوارع وعدم سيولة المرور.. كأن السيارات كولسترول في شرايين القاهرة تعوق سيولة المرور.. حتى يحىء هذا المتطوع ويقوم بتسليك قنوات المرور.. من هذا الشخص؟ إنه لا أحد.. كيف فعل ذلك؟ إن أحدا لم يعترض.. بل الناس تطلعوا إليه كمنقذ.. كمخلص.. كمحرر لهم من قلق الزحام والخوف من ضياع الوقت.. أى أن هناك إتفاقاً سرياً قد تم بين جميع الناس بقبول هذا التطوع والإستسلام له، وقد حدث عشرات المرات فى الشوارع.. كما حدث فى إمبابة وفى قرى كثيرة فى مصر؟!

وفى ولاية تكساس ادعى واحد اسمه داود قورش أنه المسيح وجمع حوله عددا من المؤمنين وانفرد بهم بالقوة يشرب ويرقص ويتزوج أى عدد.. وعزلهم عن الدولة تمام.. وأطاعوه ورفضوا

تدخل الدولة. حتى حاصروهم وقضت الدولة عليهم. أو سبقوا الدولة فانتحروا..

ولكن واحدا-هو الذى يهم- قال إن سبب هذا السلوك ليس دينيا إنما هو سلوك كيميائى. فالمسيح المزيف كان يحقق أتباعه وجوارية بمواد هلوسة.. تجعلهم يمشون وراءه كأنهم نيام.. وإن لم تكن هذه حقيقة أو هى بعض الحقيقة فإنها تستأهل أن نبحثها وأن نتساءل: ولم لا.. فالإنسان فى إمبابة كالإنسان فى تكساس.. فكل شىء جائز.. فالإنسان يتغير بالماء والهواء كما يتغير بالقدوة الحسنة والقدوة السيئة!

## لا تقاوم الحياة

من مزايا هذا الشباب: الخصوبة.. فالشاب يسمع الكلمة تتحول  
بقدره قادر إلى قاموس.. إلى ديوان شعر.. فالكلمة لديها قدرة فائقة  
على التوالد والتكاثر والانتشار.. ما الذى لا تفعله كلمة (أحبك)..  
ما هذا العدد الهائل من الشياطين والملائكة والسحرة والشعراء  
الذين يظهرون فجأة..

أى نوع من التربة هذه التى إذا ألقيت فيها ببذرة قطن تحولت  
إلى بذرة تفاح ورمان وخوخ وأشجار السنط سياجا لهذه الغابات  
التى امتلأت بالطيور المغردة تحت سماء أضائها قمر لا يغيب أما  
الشيخوخة فهى الجفاف.. هات أردب قمح وألقه فوق دماغ  
شيخ.. فإنه بسرعة يختنق من تراب القمح ويبقى القمح حوله..  
كأنه إنهار مقبرة.. أو كأنه مليون نملة ونحلة.. أو كأنه مليون

كلمة هربت من قاموس وتكدست خرساء حول هذا الصنم ما هذا  
الذى جرى؟

لا شيء إنها طبيعة الإنسان: كان كل شيء.. ولم يعد شيئاً..  
كان له ألف ألف لسان وألف ألف عين .. وألف ألف ينبوع  
يفيض بالحياة والحيوية، ولا يسمع من كل الدنيا إلا (شبيك لبيك  
عبدك بين أيديك) .. وشعاعات الشمس ونسمات الأكسجين  
والأقمار والكواكب الأخرى كلها خدام وحشم لعظمة السلطان  
الشاب.

أما في الشيخوخة فقد انفصلت كل الأشياء وانقطعت .. قصر  
ذراعه عن الأشياء حوله .. يفتح أذنيه فلا شيء يبلغها، يحلق بعينيه  
فلا شخص ولا ظلال .. ابتعدت الدينا؟ نعم .. تلاشت؟ نعم .. ابتعد  
هو وتلاشى ولم يعد أحد يحس به ولا هو يحس بأحد؟ نعم . لأن  
الحياة: اشتباك وتشابك. اشتراك وشركة .. أما الموت فهو:  
انفضاخ وإنقطاع ..

رأيت فيلماً إيطالياً انتهى نهاية بليغة فخمة استغرقت النهاية لحظة  
واحدة. طفل على صدر عجوز يداعبه .. صرخ الطفل فقد انطبقت

عليه بسبب حركة عصبية أسنان العجوز، فلكى يستخرجوا أصابع  
الطفل حطموا أسنان العجوز التي ماتت. وانتهى الفيلم!!  
فأن يصاب طفل صغير بضرر، هذا ما لا ينبغي.. وأن يصاب  
عجوز.. فطبيعي.. وحتى لو أدت الإصابة إلى موته فلن ينقذه  
أحد.. ولا أحد يلوم أحدا إذا لم يفعل.. فلا يصح أن نقاوم الحياة.  
أن يموت العجوز وأن يعيش الطفل!!



## الحب فينا ..

لولا هذا الغضب - هذا السخط - هذا التمرد - هذه الثورة على الأوضاع القائمة في أى زمان. ما كان التطور.  
فالتطور هو محاولة الإنسان بكامل عبقريته، أن يصنع ما هو أفضل وأجمل وأرخص وأكثر تخفيفاً لمتاعبه. والشعوب التى لا تعرف الغضب، سوف تبقى جامدة.. سوف تبقى ظلال لكل الظروف.. بينما المطلوب أن تسبق الظروف وأن تضىء لخطوات جديدة إلى الأمام..

وشباب لا يعرف الغضب، ليس شباباً، وإنما هم شيوخ وإن كانت شهادات ميلادهم تؤكد عكس ذلك.. فالشيخ هو الذى أدرك أنه عند نهاية الخط وأنه معلق من مظلة تقترب من الأرض.. فهو يريد أن يكون الهبوط هادئاً، غير أن بعض الشيوخ لديهم عقول وقلوب شابة، والتاريخ يحفظ لنا عددا هائلا من أصحاب القلوب

---

الشابة الغاضبة الساخطة التي أبدعت وطورت رغم أنها على نهاية الخط..

والشاعر القديم يقول:

نعيب زماننا والعيب فينا      وما لزماننا عيب سوانا  
فالزمان هو نحن.. وإن كان هناك عيب ففينا وعلينا إصلاحه..  
وهذا ما نفعله جيلاً بعد جيل.. وهذا هو التطور العلمى والأخلاقى  
والاجتماعى..

ويروى عن السيدة عائشة رضى الله عنها أنها كانت تردد بيتاً  
للشاعر لبيد، يقول:

ذهب الذين يعاش فى أكنافهم  
وبقيت فى الخلق كجلد الأجرى  
وكانت تعلق على ذلك بقولها: رحمه الله فكيف لو رأى هذا  
الزمان!! وقال الشاعر عروة: رحم الله أم المؤمنين، فكيف لو رأت  
هذا الزمان..

وقال هشام: رحم الله عروة فكيف لو رأى هذا الزمان؟؟

وكيف لو رأوا جميعا هذا الزمان ليعكفوا على إصلاح الناس  
والأشياء والعلاقات والسبل التي تروح وتجيء طالعة نازلة، سامية  
منحطة..

ولو بقى على الأرض إنسان واحد، لشكا الوحدة والملل  
والبؤس ولقال: رحمهم الله جميعا.. فكيف لو رأوا نهاية الزمان!!

## جيل بلا شهداء

مساكين شباب مصر إذا حاولوا أن يفهموا ما الذى حدث فى  
الأعوام الأربعين الماضية.. لا بد أن يقلبوا ما كتبه المؤرخون -  
وأكثرهم من الهواة.

عندهم قدرة على الكتابة ولكن ليس عندهم أدوات البحث  
العلمى. ولا تعلموا من العلم النزاهة والوضوح.

واحد يكتب وكأن الوحي قد نزل عليه. فكل ما يكتب مقدس..  
فالسماء قد انطبقت على الأرض وأبطاله أنبياء إلا قليلا.. أصحاب  
رسالات وكل الكون من أوله لآخره يقف ضدهم، ولذلك فالهزيمة  
هى النهاية المؤكدة، فمن الذى يستطيع أن يواجه القدر وأن يتغلب  
عليه.. لا هو ولا أحد.. ولذلك فالهزيمة هى النصر.. لأنه لا أحد  
يستطيع أو استطاع أن ينتصر على السماء!!

وواحد يكتب بقلم الشيطان، فكل ما حدث "مقلب" فى مصر وفى شعبها والشعوب العربية.. والشيطان أحياناً يكون أمريكياً أو روسياً أو إسرائيلياً.. فالشيطان عنده هذه القدرة على أن يكتب بكل قلم وأن يوقع بإمضاءات مستعارة.. فالسماء إذن قد انطبقت على الأرض فسحقت الناس ومصير الناس..

وواحد يدعو إلى الكف عن القراءة فوراً.. وإلى البحث عن كتب أخرى وأقلام أخرى.. وأن يعكف الشباب على قراءة شيء نافع فى الدين.. ما دامت الدنيا قد ساء تفسيرها ومسارها ومصيرها.. والهرب أفضل من المشاركة أو الالتحام أو الالتزام بأى شيء.. ومن مظاهر الهرب: التعصب لرأى واحد.. والتوقع على نظرية واحدة.. والوقوف على رأى شيخ واحد أو كبير واحد.. أى شيخ وأبى كبير ما دمتا نعيش فى زمن لا شيخ له- وشيخه الشيطان من لا شيخ له!!

وعليه العوض فى هذا الجيل الذى لم يجد له مرشداً ولا هادياً إلى صراط مستقيم.. والأمل فى الجيل الذى يليه.. الذى لا يدين بشيء لهذا الجيل والجيل الذى قبله.. وسوف يكون الجيل القادم

أكثر حرية.. فهو لم ينتمى ولم يرتبط.. ولا شكر أحدا.. ولا اعتنق  
ولا كفر بأى من نظرياتنا.. ولذلك فسوف ينسج لنفسه علما  
وعبادة، ويضع لنفسه مصباحا، ويرصف طريقا لا يمر بمقابر  
شهداءنا.. سوف يكون جيلا بلا شهداء.. هل أفضل هل أسوأ؟ هذا  
شأنه وذاك قدره ورسالته ومستقبله!!



## ليست دينية

ونحن لا نتهم أحدا عن الذى حدث فى مصر..  
ولكن من الممكن أن نقول أن الإهتمام عندنا بالشباب خطأ..  
فنحن نتوهم أن الشباب هم الذين يلعبون كرة القدم أو يتفرجون  
عليها، وأن وزير الشباب هو الذى يجرى كل يوم الصبح، وأنه  
يرتدى قميصا بلا كرافتة.. بس كده!!  
لا هذا هو الشباب ولا هذا هو وزير الشباب ولا هذا حل  
لمشاكل الشباب. فالتشخيص خطأ، وإن كان هذا علاجا فهو خطأ  
أيضا..

وقد نتصور أن يوسف والى هو المسئول عن حال الشباب فهو  
يعطى الأرض بلا ماء ويعطى الماء بلا كهرباء، ويعطى الكهرباء بلا  
قروض، ويعطى القروض بلا تجارب فى حث الأرض وزراعتها.  
ويعطى كل ذلك بلا خطة قومية بعيدة الأجل..

ولا حتى هذا هو العلاج ولا الرجل هو المسئول وحده عن  
الدوخة التي يلقاها الشباب في الأرض الجديدة بين الرمل والسماء  
والكهرباء والماء..

ولا يمكن أن يكون حسب الله الكفراوى هو السبب.. فيقال أنه  
ملاً الشواطىء بالقرى الجديدة.. وزرع الأرض الخالية في مصر  
بغابات من الخرسانة المسلحة، إستراحات لأغنياء مصر وأنه بذلك  
قد أوغر صدور الشباب الذين لا يجدون غرفة واحدة يعيش فيها  
العروسان الجامعيان إلى أن يفتحها الله عليهما، فيجدا شقة أكبر!!  
ولا يقال ذلك حتى لا تتحول حسنات الكفراوى إلى خطايا يستحق  
عليها الطرد من سجلات التاريخ ولا يقال أنه الشيخ متولى  
الشعراوى الذى جمع الناس حوله يعلمهم أصول دينهم فكأنه بذلك  
يصرفهم عن الإهتمام بالعلوم الحديثة الأخرى..

ولا يقال أنه الرجل المستنير د. سيد طنطاوى هو أقل العلماء  
تزمناً.. وأن عقلية المستنيرة تحير الناس بين الذى يقوله هو والذى  
يقوله غيره من العلماء..

ولا حتى هذا كله. إذن فما هي المشكلة؟؟

نعود إلى ما بدأت.. إنها ليست مشكلة دينية وإنما هي مشاكل كثيرة كيميائية وإجتماعية وإقتصادية وسياسية. وعندنا فقهاء فى كل العلوم. والمصيبة عامة وتزداد حدة مع كل طلبة رصاص من هناك

## نحاورها ولا نرفضها

فى قضايا التطرف فى مصر.. ما المعنى؟ ما السبب؟ ما الهدف؟؟

لا أحد ضد قضايا التطرف الدينى أو السياسى.. فهى جميعا تدخل تحت رأى الآخر.. من حقل أن يكون لك رأى آخر، غير رأى الدولة أو الحزب الحاكم.. أو أى حزب يعارض الحزب الحاكم.. من حقل أن تتطرف فى التفسير السياسى والاقتصادى والدينى... وأن تكون أهلاويا أو زملكاويا أو دقهلويا. أنت حرا! وأن تشخط وتنظر وأن تزعق وأن تقفل التليفزيون وتفتحه مع وضد أى صوت وأى وجه وأى رأى وأية مباراة.. وأن تتعصب للشاى الإنجليزى والعطر الفرنساوى والسيارات الأمريكانى والعقاقير الألمانية.. أنت حرا! وأن ترفع صوتك ويدك أيضا - بشرط أن تنزل

يدك على إحدى المناضد أو الحائط وليس على رقبة أى إنسان  
آخر!!

ولكن نحن يجب أن نقف صفا واحدا ضدك عندما تفرض رأيك  
بالقوة. أى أن تعتدى على حريات الآخرين وسلامتهم..

وفى الوقت نفسه ليس من حقك أن تعالج مثل هذه المواقف  
بإطلاق البخور حول أصحاب القرار العنيف.. لأن هذا إستغلال  
للناس، ولأن هذا علاج خرافى لمرض حقيقى. ولأن هذه إهانة  
للعقل والغلم.. وهذا يعود بنا إلى الخرافات القديمة وهى علاج نهر  
النيل كرجل عجوز يتصايب ويحتاج إلى عروس يلفها فى حضنه  
لكى يسكت!!

ولكننا نفعل نفس الشيء.. فالخطب والرحلات الخطابية إلى  
مجاهل الصعيد، علاج لمرض العنف هو إحياء لنفس الخرافات..  
وعندما جاء اللواء عبد الحلیم موسى وزيرا للداخلية، كنت أول  
من جلس إليه يحاوره، بل إننى قلت له دعنى أفكر بصوت عال،  
وأرجو أن "يصححنى".. فوافق على كل الذى قلت وطلبت إليه أن  
يكون حوارا، وليس بالضرورة أن يكون هو الذى يحاور.. وإنما أن

نفعل جميعا ذلك .. تماما كما تحاورنا مع أعدائنا وتفاوضنا . ولم  
نتفاوض مع الجماعات العنيفة . والسبب أننا نرفضهم ، تماما كما  
نرفض كل الأمراض.. ولكن الأمراض نرفضها ونعالجها .. ولسنا  
نرفضها ونرفض العلاج معا

## الدجاجة لا تطير

ساعدت عددا من الشبان على الهجرة إلى استراليا. إنهم سبعة من المهندسين أربعة شبان وثلاث فتيات وجلست إليهم طويلا. وتناقشنا. وأسعدنى كل الذى سمعت. عندهم خطة. وعندهم أمل مدروس. ومستقبل مضمون. لقد ذهب ثلاثة إلى استراليا وأقاموا شهورا بالقرب من مدينة برث حيث يوجد جالية مصرية كبيرة. وقد عادوا وألفوا كتابا عن يومياتهم. ماذا رأوا ماذا عرفوا ماذا اكتشفوا. وجلسوا جميعا يناقشون هذه الملاحظات والتجارب والمشاكل والحلول. وقرروا. وكان قرارهم أن الهجرة إلى استراليا أحسن وأجمل وأمتع وأرفع. ولكن من الذى يبقى فى مصر؟ من الذى يبنى ومن الذى يجمى. وإذا هاجر كل المتعلمين فهذه عقوبة لاتستحقها مصر ولا الأجيال القادمة. الذين بنوا بلادهم. بنوها



بأيديهم وهم على أرضها أو بفلوسهم وخبرتهم وهم في بلاد أخرى. وهم قد ذهبوا إلى البلاد الأخرى وعرفوا ما هو ضروري. ورجعوا وقد امتلأت أيديهم بالتجارب وعقولهم بالنور وقلوبهم بالفرحة.

وتلقت منهم برقية يشكرون فيها د. كمال الجنزوري على قراره بعدم إهدار الأرض المزروعة من أجل إقامة بيت على جثث المحاصيل الزراعية والأشجار. وقالوا أن هذه جريمة في استراليا. ومرتكبها يدخل السجن شهورا وأحيانا يبقى فيه سنين. فقتل شجرة مثل قتل طفل. وإبادة حقول مثل الإبادة الجماعية أو مثل إطلاق أسلحة الدمار الشامل على ما لا نهاية له من الأحياء..

وكان لي صديق. وكان عنده أمل كبير. وكان عنده ألف فدان. وكان من آماله أن يزرع وأن يصنع. وأن يعلم الشباب كيف يكون البناء عاليا.. وأن تكون الحياة رضية. هذا الشاب ترك مصر غارقا في ديونه. لقد أخطأ. أما غلطته فهي أنه بدأ من النهاية. فقد أقام البيوت وأحواض السباحة والملاعب وأقام الصوب قبل أن يزرع الأرض ويشق الطرق والقنوات والتليفونات والكهرباء. وجاء الشبان

يلعبون ويرقصون ويطلبون ويزمرون .. قبل أن يقلبوا الأرض  
ويزرعوها ويقلموها ويتعلموا منها ..  
غلطة: أن آماله أكبر من طموحاته .. أراد أن يعلو كالنسر  
بأجنحة الدجاج فوق ..

## أدعياء الطب ..

كما تفعل السيدة أمام فترينات البوتيكا في شوارع قصر النيل والشواربي وطلعت حرب ، فأننى أفعل نفس الشئ وأسوأ أمام فترينات الصيدليات في كل العواصم فأنا أقف مبهوراً أمام منتجات شركات الأدوية العالمية. وتبهرنى الزجاجات بألوانها واحجامها المختلفة وعلى خلاف ما تفعل السيدات فأننى أشتري من أول نظرة .. وبلا مناقشة وكما تفعل السيدات تماماً فأننى أشتري مالا ضرورة له ، ولمجرد أن أقتنى فى مكتبى عددا من الأقراص الملونة والحبوب المستديرة والمستطيلة والمزخرفة. لماذا؟ هذا هو السؤال الذى لا أواجه نفسى به إلا عندما أكون متمدداً أمام الأطباء وكثيرا ما يحدث ذلك فأنا قد شخصت أمراضى بأنها الحساسية للبرد

والزكام وأوجاع المصمران الغليظ ، ثم الأرق. وبناء على هذا التشخيص فأننى اشترى كل ما ابتدعه الانسان لعلاج هذه الأوجاع. وهنا أقف فى طابور طويل جدا يلف الكرة الأرضية ألف مرة : طابور المرضى الذين جعلوا من أنفسهم أطباء لكل مرض ، دون أن يكون لديهم أى مؤهل علمى . وإنما مؤهلهم الوحيد: الخوف والجهل . خوف الجاهلين. أو جهل الخائفين أما النتيجة فهى أننى مصاب بأوجاع لا يستطيع الطب أن يعرف سببها . لأن هذه العقاقير إذا دخلت المعدة دارت بينها معارك كيماوية . فكثير ما تعارضت الأدوية بعضها ضد بعض فالذى يصلح للمصارين يوجع القلب والذى يصلح للزكام ينفخ البطن .. ويتمدد الواحد منا نحن الملايين أمام الاطباء . ويحار الأطباء . ونسخر نحن من الأطباء. ونتهم الأطباء بالجهل ونترحم على الحكيم بقراط الذى لم يره واحد منا ..

منذ أيام تمددت على الفراش وجاء الطبيب الكبير حسين بدر الدين وقال لى : مالك؟  
قلت له : شوف أنت؟

ودارت مناقشة تقليدية تدور فى ملايين البيوت : كيف يعرف الطبيب أوجاع مريض لا يتكلم؟ هل الطب قراءة فنجان أو قراءة كف أو قراءة الطالع؟ لا بد أن يقول المريض للطبيب. ماذا أحس وماذا أكل وماذا شرب .. وأهم من هذا كله ما الذى أخذه من العقاقير؟ ومن الذى أعطاها له؟ ولماذا ومتى وكيف؟ وكم مرة؟ ويصبح دور الطبيب مثل دور سكرتير الأمم المتحدة : فإنه يجرى متأخر جدا .. أما العلاج فإنه مثل طوق النجاة الذى يلقي لواحد غشيم نزل البحر بعد أن يكون الغشيم قد غرق تماما .. إن الأطباء يواجهون دائما نوعين من المرضى: المرضى وأدعياء الطب.

## هذه الأخطار لماذا؟؟

لاحظ نفسك كل يوم ، ففي بعض الأيام تجد أنك فى غاية النشاط، تريد أن تقفز من السرير إلى الشارع إلى الأتوبيس وأن تجلس فوق مكتبك .. وتسع ذراعاك لاحتضان كل الناس .. وفى يوم تجد أنك مهدود الحيل كأنك نمت تحت السرير وليس فوقه ، وكأن وابلور زلط قد فعصك طول الليل ، وأنت غير قادر على أن تحرك ذراعيك وقدميك .. وتحاول ما استطعت أن توقظ هذه الأعصاب البائسة فتلقى عليها القهوة والسجائر .. ولكن لا حياة لمن تنادى .. فأعصابك مثل أسلاك ليست فيها حرارة .. وترفع يدك كما ترفع سماعة التليفون ولا تسمع ذلك "الور" الذى يمكنك من أن تطلب من عقلك أن يفكر ومن همتك أن تنهض .. لا شئ .

وهذا يحدث لكل إنسان فى كل وقت وفى كل سن . فما  
المعنى؟ هذا ما التفت إليه عالم ألماني فى بداية هذا القرن أسمه  
فريز فليس..

فقد لاحظ أن النشاط ككل شئ له بداية ونهاية .. كالجبل له  
سفح وله قمة .. هذا هو نشاطك الجسمى . وأما نشاطك النفسى  
أو العاطفى أو الوجدانى أو رغبتك فى الاجتماع بالناس والجلوس  
والقدرة على الإبداع والخلق واتخاذ القرار فليس بنفس الدرجة  
طوال أيام الشهر..

هذا الرجل الألماني لاحظ أيضا عددا من الناس .. بالمشات ..  
وراح يحسبها : لماذا يرتكب الناس الأخطاء الفظيعة؟ ولماذا  
يغضب الناس؟ ووجد السبب: إنها الحالة الجسمية التى دورتها ٢٣  
يوم والحالة الوجدانية التى دورتها ٢٩ يوم والحالة العقلية التى  
دورتها ٣٣ يوما ..

ولكنه لم يذهب إلى أكثر من هذه الملاحظة . ولكن بعض  
الناس الواعين جعلوا هذه النظرية "حسابها إلكترونيا" أطلقوا عليه



أسم "بيولاتور" .. أى ذلك الجهاز الذى يحسب لك الإيقاع  
الحيوى - أى البيورذم - والذى يدلك على حالتك العامة يوما بيوم  
وأنا منذ أسبوع ألعب بهذا الجهاز وأحاول أن أفهم .. وقررت  
أن أمتحن الجهاز . فإذا نجح صدقته ، وإذا فشل أضفته إلى  
شطحات العقل الذى يريد أن يعرف كل شئ.

أما التجربة فقد حدثت يوما من سنة ١٩٦٠ كتبت فيه مقالا  
عاقبنى عليه الرئيس جمال عبد الناصر بالفصل من عملى كمدرس  
فى الجامعة ورئيس تحرير لمجلة "الجيل" وجاء رد الجهاز أن  
حالتى الجسمية جيدة وحالتى العقلية جيدة أما حالتى النفسية فهى  
من أسوأ ما يكون!

معقولة جدا ! لقد صدقت أيها الساحر الجديد !

## واحد مسكين ..

عندى حساسية للأدوية والأطباء فقد مرضت أمى وأبى طويلا ،  
وتحيرت وتلطعت على العيادات والمستشفيات ومخازن الأدوية  
وأسرفت على وزراء الصحة ، بحثا عن الأدوية النادرة . ولذلك فلا  
يكاد يطلب منى صديقى أن أبحث له عن الدواء الفلانى ، حتى  
أجدنى لا شعوريا أجرى يمينا وشمالا بحثا عن الدواء.

إلا هذه المرة . فقد سألتى صديق أن أبحث له عن أقراص  
الرتالين .. وأدهشنى أننى تكاسلت وأننى نسيت .. وتعجبت  
لحالى هذه .. ورحت أفتش فى نفسى عن السبب .. وتعبت ثم  
وجدته . وهذا يدل على أننى نسيت أو أردت أن أنسى هذه  
الفضيحة .. نعم كانت فضيحة .. فقد سألتى الصديق موسى صبرى  
إن كنت أتعاطى الرتالين . فقلت: أبدا .. ولا أعرف دواعى

إستخدامه .. فقال: هذا ما قلته لوزير الصحة .. فلا أنت ولا صديقنا أحمد رجب تدمنان العقار..

أما وزير الصحة فى ذلك الوقت فقد كان النبوى المهندس. الذى اتصل بموسى صبرى وسأله إن كان أحمد رجب وأنا من المجانين مدمنى الرتالين المهدئ المفرش . فقد امتلأت صيدليات القاهرة بروشتات لنا مكتوب عليها ضرورة صرف هذا الدواء فوراً وبكميات كبيرة .. حتى لم يعد فى القاهرة والجيزة قرص واحد! وعرفنا السبب .. أنه أحد المساكين قد أدمن المخدرات والمهلوسات وحقن الأفيون .. فهو يتهجم على الصيدليات .. ويقتحم مخازن الأدوية ثم يسقط على الأرض وينزف وينقله المتطوعون من عيادة فى مصر إلى مستشفى خارجها حتى أصابه الخلل النفسى باضطراب عقلى وشوشرة فكرية .. وأصبحت أفكاره مثل جيوب جاكته مفتوحة فى استطاعة أى أحد أن يملأها بما يشاء .. ومن مظاهر اضطرابه العقلى أنه توهم أن الناس قد نسوا هذا الجنون والمجنون ! والله كنت قد نسيت هذه الحكاية . ثم اضطرت إلى ذكرها مبرراً تكاسلى فى الحصول على هذه الأقراص

## دون فائدة

أنا مثلك تماما: لا أثق فى الأطباء وليس هذا الكلام موجهها إلى أصدقائى من كبار أطباء مصر . فهذه قضية عامة ، والله وحده يعلم الداء والدواء ، والأطباء يحاولون أن يتعرفوا على قدرة الله وهم لا يزعمون لأنفسهم هذه القدرة على المعرفة ، ولا القدرة على العلاج إذا عرفوا ، وإنما هم أناس حسنو النية إذا كشفوا على المريض ، وسيؤا النية إذا قبضوا الأجر . فالله وحده هو الذى يشفى ، وأن كان الأطباء هم الذين يقبضون القروش بعد ذلك

ولكن إذا عرفت ما الذى يتعلمه طلبة كلية الطب ، فانا وأنت معذور فطلبة كلية الطب بالألوف . والمدرجات والمعامل التى يتكدسون فيها لا تمكنهم من سماع محاضرات الأساتذة أو مشاهدة العمليات الجراحية التى يقومون بها أمام الطلبة. ولذلك نجد الطالب لا هو قادر على الرؤية ولا قادر على الإستماع ولذلك

كانت محاضرات كليات الطب أقرب إلى طوابير الجمعية أو طوابير السينما أو الأتوبيس.. زحام فى زحام ثم إنصراف بعد ذلك مع كثير من اليأس فى الحصول على حل..

وكان من الطبيعى أن يأخذ الطلبة دروسا خصوصية. والدروس الخصوصية غالية الثمن.. وبعض الأساتذة يفضلون إعطاء هذه الدروس بالعملات الصعبة. وفى الدروس الخاصة تظهر جثث الموتى.. فهناك عدد من الحانوتية -أو الحانوطية نسبة إلى الحانوط والتحنيط- يقومون بتوريد جثث الفقراء والمساكين إلى الأساتذة، ولكن ليس كل الطلبة قادرين على الدفع بالعملة الصعبة ولا على الدفع بالعملة المصرية، وتكون النتيجة أن القادرين على الدراسة العملية قليلون جدا. وأكثر هؤلاء القليلين من أبناء الدول الشقيقة أى الذين يتعلمون نظريا وعمليا إذا تخرجوا لن يستفيد أحد منهم فى مصر.. أما الأغلبية من الطلبة فهم هؤلاء الذين يتزاحمون دخولا وخروجا من المدرجات والمعامل دون فائدة..

## مرضك : سر !

اتحاد الأطباء فى بريطانيا له مشكلة أخلاقية، وقد اتحد الأطباء على التمسك بهذه القاعدة الأخلاقية مهما كانت النتائج..

المشكلة أن بعض المؤسسات تطلب من الذين يتقدمون للوظيفة أن يأتوا بتاريخ حالتهم الصحية.. يعنى يجب على طالب الوظيفة أن يذهب إلى الطبيب الخاص أو المستشفى الذى عولج فيه يطلب بسجل حالته الصحية.. ما هى أمراضه، كيف عولجت، ما هى العمليات التى أجريت له.. خصوصا الأمراض العصبية والنفسية والعقلية.. فإذا أتى بها فإن المؤسسة تنظر فى تعيينه أو الإمتناع عن ذلك. فرفض الأطباء لأن هذا سر من أسرار المهنة.. أو هو السر الذى بين الطبيب والمريض، ويجب ألا يباح به لأى أحد أو لأية هيئة!! وأن هذا إذا حدث ذهب إحترام المرضى للطبيب..

والأطباء حريصون على ذلك حتى الموت.. أى موتهم هم. فقد هددتهم الشركات والمؤسسات إن لم يفعلوا ويستجيروا، فإنها لن تستعين بالطبيب أو المستشفى الذى يرفض ذلك!!

فما الحل إذا كان المريض هو الذى يطلب ذلك ليقدمه بنفسه للمؤسسة التى يريد أن يعمل بها؟؟

بعض الأطباء أعلن ولا هذا. لأن المريض يكون واقعا تحت ضغط. وهذا الضغط سيجعل الأطباء أقل تمسكا بالمبدأ الأخلاقى الذى هم حريصون عليه..

كما أن الطبيب لا يصح أن يقول أن كان فلان يتردد عليه.. ولا يصح أن يذكر السبب.. ولا يصح أن يفصح عن العلاج أيضا.. فكل هذه أسرار لا تذايع مهما كان السبب، والناس يزدادون إحتراما للأطباء لأنهم لا يذيعون أسرارهم الخاصة مهما كانت صغيرة. فليقل المريض ما يشاء عن نفسه، ولو سأل الطبيب فإنه عادة لا يرد -يجب أن لا يرد..

وقد رفض أحد إتحادات الأطباء مطالب المؤسسات. وحاولت هذه المؤسسات أن تخترق الإتحادات الطبية وأن توقع فيما بينها.



وفجأة أعلنت الإتحادات الطبية رفضها لأى طلب من أية مؤسسة  
لإذاعة أسرار أى مريض حتى لو أدى ذلك إلى عدم الاستعانة  
بالطبيب - إننى أنحنى إحتراما للأطباء الذين يحترمون أنفسهم فيزداد  
إحترام الناس لهم!!

## الحيوانات تنقرض ..

الفرق بين الحدائق المفتوحة وحدائق الحيوان: إنه فى الحدائق المفتوحة (السفارى) يكون الإنسان محبوسا فى سيارة والحيوانات على حريتها.. وفى حدائق الحيوان يكون الحيوان حبيسا والإنسان طليقا!!

وقد لاحظت جمعيات حماية البيئة، بيئة الحيوان والنبات، أن الحيوانات تتعذب كثيرا بسبب عدم قدرتها على التكيف مع البيئة التى صنعها الإنسان.. مهما كانت هذه البيئة قريبة من البيئة الطبيعية.. فتكون للقروء جبلاية، وللديبة ثلاجة.

ولاحظ علماء السلوك الحيوانى أن هذه الحيوانات لا تكف عن الحركة والدوران حول نفسها.. وسبب ذلك إنها اعتادت على المشى طويلا.. ولكن هذا المشى يجعلها تستخدم الأنف والأذنين

فى رسم خرائط البيئة حولها.. ثم إنها تشمشم فى الأرض بحثا عن الماء فقد اعتادت ذلك هى وأجدادها من ملايين السنين.

فحركة الحيوانات داخل أقفاصها دليل على القلق والياس من أن تعود إلى ما كانت عليه.. ثم إن هذه الحركة هى نشاط زائد، ولكنها لا تعرف كيف تبدده أو تجدد.. وهناك حيوانات تحاول تحطيم الأبواب والأسوار.. وحيوانات تلعق الأبواب والأسوار الحديدية.. وبعض الحيوانات تصاب بالجنون أو الهياج المستمر.. والزرافة التى اعتادت ملايين السنين، أن تمد عنقها إلى أعالي الشجر، حتى طال عنقها، لم تعد تفعل ذلك، بل إن العنق قد انحنى والتوى فى حدائق الحيوان فى لندن وروما.. وغيرها..

وقد تنبعت (جمعية رعاية الحيوان فى حدائق الحيوان) إلى ضرورة نقل الحدائق كلها إلى خارج المدن.. على أطراف الغابات أو أطراف الصحارى من أجل إعطاء هذه الحيوانات مساحات أكبر -حرية أكبر تخفيفا لتوتراتها..

وقد لاحظوا أن هناك حيوانات لم تعد تنجب.. وحيوانات ترفض المعاشرة مثل حيوان الباندا الصينى.. وإذا استمرت هذه

الحيوانات تعاني من ويلات الأسر والنفي بعيدا عن بيئاتها الطبيعية  
فسوف تنقرض بالمرض أو عدم الإنجاب...  
وقد سجلت إحدى حدائق الحيوان في أمريكا أن وحيد القرن  
يدق رأسه في الحائط.. وبعد ذلك انتحر بأن فتح فمه الكبير واندفع  
نحو عمود من الحديد.. ومات!!

## الرجل أقل تحملا !

الطبيب الإنجليزي يسأل المريض عادة: تحب أن تتألم كثيرا أو قليلا..

أو تريد ألا تشعر بأى ألم؟

ويتساءل المريض: لا أريد أن أتألم هذا طبيعي.. هل أحد يختار الألم؟

يقول الطبيب: بعض الناس.. ولكن أردت أن أعرف بالضبط كيف يكون إحساسك إذا أنا لم أعطك حبوب قاتلة للألم؟ فأقول أنا نعم. أريد أن أعرف شدة هذا الألم ومدى قدرتي على احتماله. ثم أتعاطى ثلاث حبات قاتلة للألم. لكى أعرف هذه النعمة التى تسديها الكيمياء للجراحة..

ولو خيروني بين ونحز الضمير .. لأن ألم الضرس عبارة عن  
سكين يدق مسمار مشتعلا في إنسان العين .. وهذا المسمار ليس  
ناعما ولا رفيعا ولا مستقيما .. أحيانا له صفات النار أحيانا له لمس  
التراب .. أحيانا له حركة الأفعى - ولكنه في كل الأحيان عبارة  
عن سلك كهربى رفيع عالى الضغط له قدرة عصا موسى عليه  
السلام .. فإنها تاكل كل الأوجاع الأخرى وتجعل منها وجعا  
متوحدا ضدى - مع أننى أنا الضحية!

هناك عبارة في "التلمود" تقول: أن الآلهة من الممكن أن تشطر  
الرجل نصفين!

والرجل أقل قدرة على تحمل الألم من المرأة .. فمن الممكن  
أن يموت الأب حزنا على ابن ، ولا تموت الأم .. وكأنها تريد أن  
تكون فى حالة حداد دائم تحيى ذكراه .. أو كأنها تريد أن تظل  
حتى الموت تمشى فى جنازته .. فألم المرأة نفسى ، وألم الرجل  
جسمى .. ولذلك يموت الرجل كمدا وحزنا لأن "الآه" يرددها  
وراءه كل عضو وكل خلية .. فإذا به يتمزق ويتقطع ألف قطعة!

قال لى طبيب مصرى: أن الألم ضرورى للإنسان .. فإحساسه  
الألم يشحذ أجهزة المقاومة والمناعة فى جسمه .. وهذه الأجهزة  
السحرية أقوى وأكثر فعالية من كل العقاقير وقاتلة للألم .. وربما  
كانت رغبة الإنسان فى ألا يتألم سببها ، أن لديه الكثير مما يوجعه  
فليس فى حاجة إلى مزيد !

والحكيم بوذا كان يقول: الصحة إرادة .. والمرض إرادة ..  
والألم إرادة . ولذلك يمشى الناس على النار لأنهم أرادوا ألا يتألموا  
.. فلم يتألموا ..

حاول قدر استطاعتك !



## طريق الموت

عندى نموذجان لتلوث البيئة والسموم يشربها ويأكلها ويشمها الناس، ولا أرى أى إتجاه رسمى لإنقاذ الناس مما يفعله الناس..  
المثل الأول: طريق الموت.. الطريق الممتد إلى مدينة حلوان..  
لا يوجد فى العالم كله - حسب إحصائيات الأمم المتحدة - شارع به مثل هذا القدر من السموم الخائفة.. فإذا ذهبت إلى طرة وإلى حلوان فالناس يدفنون أحياء. أنا ذهبت وكدت اختنق، ولا أعرف كيف يسكت الناس على دفنهم أحياء.. فمصانع الأسمنت توزع الموت بالعدل على كل الناس.  
هذه حقائق علمية مؤكدة!!

الأشجار ماتت والمزارع.. اللون أصفر.. والأوراق ذابلة  
والأغصان منكسة.. والناس لا يختلفون كثيرا عن هذه الكائنات  
الحية.. ولا يزال القتل مستمرا!!

والمثل الثانى ترعة المنصورة فى الطريق من شارع الهرم إلى  
الهرم إلى أبى الهول.. حيث يوجد أكبر تكلس سياحى.. وحيث  
تقوم الترعة بأكبر معرض مهين لكرامة الإنسان وصورته فى الدنيا  
كلها.. فهنا يجد السائح تكذيبا رسميا لكل أشكال الكلام عن  
التطور ومصر الحديثة.. فالترعة يأكل ويتبول فيها الإنسان  
والحيوان.. والترعة تصب فيها الزباله والمجارى.. والسيارات  
المرسيدس تقف أمام البيوت التى ينزل أصحابها يغسلون الأطباق  
والحلل إلى جوار الحمار والحصان والجاموس أما لون الماء أما  
رائحته أما الحيوانات الميتة أما الأطفال الذين يستحمون.. فصور  
ذلك قد سافرت ملايين المرات إلى أركان الدنيا!!

نحن لا نلوم السائحين الأجانب ألا يصوروا الشوارع الجميلة  
فى القاهرة، ففى بلادهم مثلها وأنظف وأطول وأعرض، ولكن هذا  
الذى يفعله المصريون فى المنصورة فهو أعظم مؤتمر صحفى

سينمائي لتكذيب كل ما تقوله نشرات السياحة وخطب الوزراء عن نهضة مصر وحرصها على المساهمة في ترقية طبقة الأوزون الذى يلف الأرض.. إن البداية هنا فى التربة الوحيدة فى مصر التى يراها ألوف السائحين ذهابا وإيابا.. هنا تتبدد ألوف الملايين عندما تنزل فلاحه واحدة على رأسها طفلها العريان وفى يدها الأطباق والحللى

## هذا الجمل حرام ..

الأكل عادة. فأنت اعتدت على لحم البقر والجاموس والغنم والطيور. ولا تستطيع أن تأكل لحم الكلاب مثلاً.

-لعلك تلاحظ نقص الكلاب الضالة في القاهرة والجيزة وإمبابة.

والسبب هو أن الآسيويين عندنا يطلبونها لجمال طعمها!!

وأذكر أنى ظلت -دون أن أدري أكل لحم الخيل شهوراً في باريس. فلما عرفت توقفت. مع أننى لم ألاحظ أنه يختلف عن اللحوم الأخرى.. ولا أدري إن كانت لحم خيول أو حمير. كيف أعرف؟؟

وكل الحيوانات التى تعرفها والطيور والحشرات والزواحف يأكلونها فى آسيا إنها عادة..

ولا أذكر أنى أكلت لحم الجمال.. ولكن الذين أكلوها يقولون إنها لذيذة وقد نشرت الصحف الأمريكية أن لحم الجمل هو الموضوعة فى السعودية.. فقد انحسر العصر الذهبى لهذا الحيوان الذى كان سفينة الصحراء والذى نقل الحضارة العربية والإسلامية إلى كل الدنيا..

والسعودية تحاول فى مواجهة التطور الهائل الذى اجتاحتها فى الخمسة عشر عاما الماضية أن تحتفظ بالإبل، وأن تحميها وأن تعيد إليها عرشها..

وهذا واضح جدا فى مهرجان "الجنادرية" الذى يقيمه الحرس الوطنى كل سنة.

فيقام سباق البل -أى الإبل- كل سنة وتعطى مكافأة سخية للجمل الفائز ولراكبه.. ومنذ شهرين كنت فى إيلات فهمس فى أذنى أحد التجار وقال لى: عندى مشروع لمصر. ما رأيك؟ هل تنقله للدكتور يوسف والى؟؟

أما المشروع فهو أن خبراء إسرائيل قد استخدموا علم الهندسة الوراثية فى جعل الناقة تلد كل سنة بدلا من كل سنتين، وأن يكون

وليدها أكثر لحما وأكبر وزنا.. وهذا يوفر على مصر أكثر من  
عشرين مليون دولار سنويا!! وأنهم فى إسرائيل لن يستفيدوا من  
ذلك، فأكل الجمل حرام.

- فهم لا يأكلون الحيوانات التى ليس لها خلف مشقوق. كما  
لا يأكلون الكائنات البحرية التى ليست لها قشور: كالحيطان  
والقرايط والجمبرى والسلاحف..

ملحوظة لحم الجمل أقل دهنا وأكثر "فيتامينا" ولبن الناقة أعظم  
فائدة وأقل ضررا. وكوب لبن مع ثلاث تمرات: وجبة كاملة!!

## ساعاتي القليلة

طالب من الله ولا يكثر على الله أن أصبح من النوم، أى يوم الساعة السادسة صباحاً، بلاش الساعة الخامسة والنصف.. الخامسة.. ولكن كيف؟؟ لقد استقر كل شىء فى جهازى العصبى على أن يدق جرس لا أسمعه فإذا بى مفتوح العينين.. جالس فى الفراش واقفا متجها إلى مكتبى أصنع الشاى وأبدأ فى القراءة أو الكتابة..

قال لى بعض الأطباء: ممكن أن يطيل الإنسان ساعات نومه.. فالنوم فى يدك واليقظة.. وهى مسألة عادة أنت اعتدت أن تنام مبكرا فتصحو مبكرا.. والذين ينامون طول النهار يسهرون طول الليل. لقد اعتادوا على ذلك. فالجسم بكل وظائفه كما يعتاد. أنت تصنع العادة؛ والجهاز العصبى يتولى ضبط بقية الأجهزة على ذلك. فالعادة هى "البرنامج" الذى تضعه فى الحاسب الإلكترونى للجسم

فيضبط بقية الأجهزة. والإنسان في حياته كلها ينتقل من عادة إلى عادة.. فالذى كنت تفعله وأنت طفل غير الذى تفعله وأنت شاب وأنت رجل وأنت كهل.. والجنود لهم عادات والبحارة لهم عادات والطيارون ورجال الأمن والأطباء والفنانون.. وكل واحد ينام فى الساعة وفى المكان وعلى الجانب وقبل أو بعد أن يأكل.. كل واحد يختار مجموعة من السلوكيات تصبح عادة مريحة بعد ذلك!!

قلت للطبيب الفرنسى الكبير د. بارون الذى يستخدم المغنطيس فى علاج الإضطرابات العصبية والعضلية: قل لى يا دكتور: أريد أن أنام ساعة أزيد من الساعات القليلة التى أنامها..

وبعد أسئلة كثيرة عن عملى ومتاعبى ونشاطى اليومى أعطانى سبع قطع من المغنطيس أضعها قبل النوم على أماكن مختلفة من الرأس والعنق.. ثم أكتب له بعد ذلك النتائج..

ولم يكن لها أى أثر. والسبب - فى رأيه - أننى أنشغل بانتظار الأثر.. وأحاول أن أفهم.. وهذه المحاولة من شأنها أن تبطل مفعول المغنطيس فيطير النوم!!



والعلاج يا دكتور.. قال لى: أرض بقليلك، واحمد ربنا على  
ذلك، فهناك أناس لا.. ولا .. وانت أحسن حالا..  
شكرا لك يا دكتور فقد أتحت لى فرصة عظيمة أن أشكر الله..  
ومن تمتع بقليله عاش أعمق وأهدأ!!

## بعد مائة سنة !

كل نصف قرن يخرج لنا من بين أيدينا ومن خلفنا عفريت. هذا العفريت هو المسئول عن كل متاعب الجسم الإنسانى.. مثلاً: الحساسية.. ظلت هذه الكلمة مهيمنة على عقول الأطباء والكيميائيين.. فلا يكاد الإنسان يصاب بآلم أو مرض حتى يكون الحل أو التفسير هو الحساسية.. أى أن الجسم الإنسانى يرفض أو لا يطيق شيئاً ما فى الهواء أو فى الروائح أو فى الأطعمة، وهذا الشيء لا علاج له.. والعلاج الوحيد هو الابتعاد عن الزهور.. عن اليود.. عن وبر البطاطين.. عن تراب السجاجيد.. عن مشتقات اللون الأسود والأزرق مثلاً..

وبعد الحساسية ظهرت كلمة الكولسترول.. وهو مجموعة من الدهون فى الدم.. ويكون من نتيجة ذلك تصلب الشرايين.. فإذا

تصلبت ولم تعد مرنة تتسع وتضيق مع إندفاع الدم، فالنتيجة أنها لا تصل إلى المخ..

والعلاج هو الكف عن الدهون وعن الكبد وعن أكل البطارخ والكافيار والسمك والزبدة والقشدة وصفار البيض.. ثم إن التوتر العصبي من الممكن أن يؤدي إلى زيادة الدهون في الدم!!

والآن ظهر عفريت جديد اسمه: التلوث أو غاز الأوزون.. فكل أوجاع المعدة والمصارين والعينين سببها: التلوث الموجود في الماء والهواء.. والأطباء ينصحون بينهم وبينك وبصوت هامس ألا تشرب من ماء النيل إلا إذا غليت الماء.. حتى الماء الذى يبيعونه فى الزجاجات يجب غليه أيضا.. لأن المواد السامة تتسرب إلى المياه تحت الأرض.. أما الذى يحدث للبشرة وللأنف وللشعر من التهابات جلدية فالسبب الوحيد هو الأوزون:.. وهو الغاز الذى يلتف حول الأرض.. ويحميها من أشعة الموت التى تنهال عليها من الشمس..

هذا الأوزون قد تمزق.. فتسللت إلينا أشعة الموت بمنتهى العنف.. ولذلك ظهرت أشكال وألوان من السرطان على الحيوانات

والنبات في أستراليا وما حولها من الجزر.. وإنقاذ أنفسنا من هذه  
الكارثة لن يتم إلا بعد مائة سنة - هذا إذا توقفنا عن إستخدام  
الغازات التي مزقت غلاف الأوزون!!

نحن الذين ابتدعنا الخوف لأنفسنا: حتى هذا الخوف هو  
المسئول عن كل أمراض الحساسية والكولسترول والأوزون!!

## من أصابعك لأنفك

إبتداء من السيجارة وإنتهاء بمدخن المصانع وشكمانات السيارات يجب أن نلفت نظر جميع المواطنين إلى خطورة هذه السموم على الصحة العامة وعلى الكرة الأرضية كلها.. على صحتنا نحن، وعلى صحة كل الناس.. فالذى يدخن سيجارة هو المصاب رقم واحد، والذى يجلس إلى جواره هو رقم ٢. ولذلك يجب أن ينفرد المدخنون بسجائرهم ودخانهم وسمومهم بعيدا -فليكن الشر بعيدا عن الأنف والرئتين!!

وفى كثير من دول العالم يعزلون المدخنين بعيدا حتى لا تنتقل سمومهم إلى الآخرين.. وكثير من الدول حرمت التدخين فى أى مكان عام: المصاعد والسيارات والمطاعم والمسارح والندوات والمؤتمرات.. وفى دول أوروبية كثيرة تدفع الدولة مكافأة لمن

يستخدم السولار بدلا من البنزين لأنه أقل ضررا -أما المكافأة فهي تخفيض الضريبة لمن يستخدم سيارة السولار..

فالوقاية من السموم فزع عام وضرورة حياة. وجماعات النخضر وأحزاب النخضر فى العالم لها هدف واحد: هو الوقوف ضد كل المحاولات المعمارية والعسكرية التى تفتح الشوارع والمطارات وسط الحقول والغابات.. أى بالقضاء على الأرض المزروعة.. والقضاء على الطيور والحيوانات وذلك بتكثيف السموم الكيماوية فى الهواء والماء والأرض والنباتات والثمار ولحوم الحيوانات وألبانها..

وجماعات النخضر التى تلاحق السفن النووية التى تعترض على التفجيرات تحت الماء وفى الهواء، وتعترض على نسف جبال الجليد خوفا من إرتفاع منسوب مياه المحيطات فتغرق ألوف الجزر ووديان الأنهار: مثل مصر وبنجلادش..

هذه الجماعات هى محطات إنذار مبكر، من أجل الإنسانية.. وهى جادة. لأن الخطر حقيقى والموت مؤكد. وهذا هو الذى دفع الدول الصناعية إلى أن تتفق على تصفية مداخن المصانع حتى لا

تسقط السحب الحامضية على المزارع والغابات والبحار فتقتل  
الأشجار والأسماك..

والخطر يحيق بنا جميعا، ويتسرب من بين أصابعنا إلى أنوفنا إلى  
السماء!!

## الزينة بالقوة

انتشرت نباتات الزينة فى البيوت، إنها تجارة رابحة، وفى السوبر ماركت تتكوم أصص النباتات والزهور، وهى غالية الثمن، بين مائة وخمسمائة للشجرة الواحدة. أما الآنية الفخار أو البلاستيك أو النحاس. أنت حر، تستطيع أن تجعلها من الذهب لو أردت، فهل هو للزهور والحياة والتذوق الفنى؟؟ يجوز.

لولا أننى ألاحظ أنها تقليعة. لا يستطيعها إلا القادرون، وليست دليلا على حب النباتات ومتابعة دوراتها والحرص على ذلك وتركها للأطفال يرعونها.. تعميقا لمعنى الحياة والجمال عندهم. فلو كان حب الحياة الخضراء هو الذى يشغلنا لمألنا النوافذ، مهما كانت ضيقة، والبلكنات مهما كانت صغيرة، ومداخل البيوت، والأسطح بالأشجار الجميلة والشجيرات النافعة، فبعض الناس اتجه إلى زراعة ما يفيدهم فى أحواض، كزراعة الطماطم والخيار



والنوعان والبقدونس - لا يهم كم عدد الشجيرات ولا كم المساحة المزروعة. المهم أنها تضيف لونا أخضر إلى الألوان الكالحة فى بيوتنا. فهم بذلك يزرعون النافع الجميل أيضا.. تماما كالذين يربون الدجاج والحمائم فوق الأسطح.. إنها حياة وهى طعام أيضا..  
وأنا أتمنى أن تزرع الأشجار أمام البيوت كل البيوت، وعلى جانبى الطريق: لون وظل ونظافة وتأكيد لمعنى الخير والعمل الإيجابى..

وأن نفرض على كل صاحب بيت أن يترك مساحة لزراعة الأشجار.. وأن ننشر الوعى والثقافة البستانية..  
ولكن أهم من كل ذلك أن نبدأ أبعد وأعمق: بالطفل فى المدرسة والبيت.. أى بالمستقبل. وأن نساعد ونشجعه ونتابعه وننير له طريق الأرض لكى يزرعها والنوافذ لكى يزينها، هذه هى البداية.. أما ما عدا ذلك من الثقايع العابرة أو الموضوعات الخاطفة. فهى لاتهم كثيرا.. وهى إلى زوال. أما الباقي فهو الذى نغرسه فى أعماق الطفل، وحتى إذا ماتت الأشجار فى يديه وفى عينيه، فسوف

يبدأ من جديد.. و يزرع من جديد.. ويحب الحياة: حياته وغيره  
من النبات والحيوان والناس!!

## لبن الأم : رحمة ..

رئيس وزراء فرنسا الأسبق منديس فرانس تزعم حملة فى بلاده طلب فيها إلى الشعب الفرنسى: ألا يكف عن شرب اللبن ، أو حيه هو لذلك ، ولكن لأن الشعب قد أغرق نفسه فى الخمر ، وجاءت الخمر فاحرقت جدران المعدة والمصارين وأذابت وأطاحت بالمرارة وخربت الجيوب ألقت بالناس فى الطرقات تحت السيارات ، أنه أراد أن ينقذ شعبه من المرض والدمار والنقص فى الإنتاج والنقص فى عدد السكان!

وذهبت دعواه سدى - أى أنه قال وقال حتى تبددت نداءاته وتحولت إلى أصداء لم يعد أحد يذكرها .. رغم أن اللبن موجود على كل مائدة كل صباح .

ولارتباط اللبن بالطفولة وتخويف الأم وضغط الأطباء ، فان كثيرين من الناس يكرهون اللبن إذا كبروا .. بل أننى أعرف عائلات

كاملة لا تشرب اللبن ولا تذوق مشتقاته من الجبن أو الزبادى أو  
الأرز باللبن أو القشدة . والسبب هو أنهم عندما كانوا أطفالا  
أرغمتهم أمهاتهم على تناوله بالقوة.

والذين يشربون الخمر لا يخففون وقعها على المعدة وجدرانها  
بتناول اللبن عندما يذهبون إلى الفراش أو عندما ينهضون من النوم.  
وإنما هم فى فرنسا يتناولون شوربة البصل. فهى وحدها العلاج  
الشافى لما تبقى فى المعدة من عصارات حمضية كاوية . ولا  
يشربون اللبن!

وفى السنوات الأخيرة ظهرت نظرية تقول: إن إنحراف الشبان  
وأمرضهم الجسدية سببها أنهم لم يشربوا لبن الأم بدرجة كافية .  
فلبن الأم يعطى الطفل مناعة ضد الكثير من أمراض الحساسية .. ثم  
إن الرضاعة نفسها تعطى للطفل إلى جانب اللبن الكثير من  
فيتامينات لا توجد فى الصيدليات: الحنان .. فكل الأطفال الذين  
حرموا من لبن الأم ، ضعاف جسديا ، والذين حرموا من حنان الأم  
منحرفون نفسيا.

أما لماذا لا ترضع الأمهات أطفالهن ، فسبب ذلك: أن الأم أصبحت عاملة .. وليس لديها وقت .. أو أن الأم تريد أن تحتفظ بنهديها مستديرين مشدودين لتبدو صغيرة كأنها لا حملت ولا ولدت ولا أرضعت . أى أنها تحرم أطفالها من أعز شئ فى طفولتهم من أجل أن تبدو رشيقة فى فستانها ، ومن أجل أن يبرز نهداها ويضيق خصرها .. ولنفس السبب تحرص بعض الأمهات على أن تكون الولادة قيصرية.

وقد تجددت الدعوة لشرب اللبن فى كل سن .. لا لأن الطفل رجل صغير ، وأن الرجل طفل كبير .. ولكن من أجل صحة الجسم وسلامة النفس وزيادة الإنتاج فى أى مجتمع !

## رَبِّنا الشَّافِى

هذه الأمراض الجديدة التى تطلع علينا كل يوم من تحت خلية من خلايا الجسم ، لم تكن موجودة من قبل .. أو كانت موجودة ولكن لم تكن هناك أجهزة للتعرف عليها وتصويرها ومقاومتها وشفائها .. أو اليأس من ذلك .. فالبينة التى نعيش فيها أصبحت تساعد على كل الأمراض .. فهل يوجد شئ واحد نلمسه أو نأكله أو نشربه ليس مسموما .. لا شئ على الإطلاق .. لا الهواء ولا الماء ولا الخضراوات ولا الفاكهة ولا اللحوم - خصوصا اللحوم. كلها منقوعة فى السموم الكيماوية ولذلك تكاثرت الجراثيم والميكروبات والفيروسات والطفيليات على وظائف الجسم الإنسانى ، فكان لابد أن تتداعى قلاع المقاومة واحدة بعد أخرى ..

وعاد الأطباء يستخدمون كلمة قديمة .. هذه الكلمة كانوا قد حملوها كل مصائب الجسم الإنسانى . وهى كلمة (الحساسية) .. أنت عندك حساسية .. وأنا عندى .. حساسية ضد التراب .. ضد الزهور .. ضد شعر القطط والكلاب وريش الحمام .. وضد العثه والصوف .. وضد العطور ..

وهذه الحساسية تلهب الأنف والشفيتين واللسان .. أو تخنق الإنسان فلا يقدر على التنفس وخاصة المصابون بالربو .. وترفع درجة الحرارة ويصاب الإنسان بالحمى .. أو يصاب بالأكرزما - وهى كلمة يونانية بمعنى الغليان - أى التهاب البشرة وما بين الأصابع .. والسبب هو الحساسية التى ينشطها اللبن والسمك والتراب .. أو لمس الزهور والورد .. أو رذاذ أمواج البحر .. أو يلتهب جسمك لمجرد انفعالك لرؤية إنسان أو لمناقشة موضوع سياسى أو اقتصادى ..

ولا تفسير عاطفى لأن تصافح أنسانا فإذا بك تهرش .. ولكن التفسير هو الكولونيا التى وضعها فى يديه .. أو رائحة البوتاس الذى غسل به قميصه .. والعلاج ؟ هذه الكلمة هى أسهل من كل الذى

قرأت .. وأصعب من كل الذى تخيلت .. فلكثرة السموم فى كل  
شئ ، أصبح من الصعب على أى طبيب أن يقول لك : شفاؤك  
عندى .

وإنما العلاج الذى هو طريق للشفاء هو أن تنظر فى طعامك  
وشرابك وملابسك ، لتعرف ما الذى يلهب جلدك ويسد نفسك -  
أنت وليس الطبيب .

وهذا ما يقوله لك الأطباء .. يعنى تذهب للطبيب تسأله ما  
رأيك؟ فيقول : وما رأيك أنت؟  
وربنا الشافى ..



## الراحة : إرادة

كادت متعتى أن تفسد فى الدقائق الأولى من جلوسى على شاطئ المنتزه مع عدد من الأصدقاء لولا أن تداركت هذه الفرصة النادرة أن تضيع فقد وقفت هذه الفرصة مثل فراشة جميلة على رمش عيني .. أو مثل زهرة سقطت على شعري .. أى أنها شئ صغير جميل هش إذا لمستته فانه ينكسر أو يهرب!

الهواء نقي .. بوفرة وكثرة فالأمواج العالية مثل مراوح تدفع الأوكسجين إلى صدورنا .. والهواء شامل .. لا شئ يعلو على صوت البحر. والبحر لا يقول شيئاً . وإنما هو يكرر ظاهرة جغرافية .. ويردد عظمة الله .. الناس يتسابقون إلى الهواء والماء ويستدرجون أشعة الشمس إلى أكبر مساحة من أجسادهم ثم إنهم لا يفعلون أى شئ ..

وأنا أرى وأحاول أن أروض صدرى على الهواء ، وأذنى على الهدوء ، وأصابعى على أن تكون ساقا بعد ساق أمامى .. وأرتضى كأننى موجة ماتت على بحر من الرمل .. أو كأننى حوت جنح إلى الشاطئ بعد رحلة مرهقة فى ظلمات البحار والمكاتب وفجأة انتفضت كأن فى داخلى عفريتاً . قلت : ما الذى نفعله نحن فى القاهرة .. أو حتى هنا فى الإسكندرية لا شئ غير أننا عاجزون عن الراحة فنحن نعمل .. ونعمل ولا نعرف كيف نتوقف . ولو توقفنا لكان فى داخلنا صوت يشبه صوت الشلاجة أو صوت عداد النور : يزن ويطن ويرتجف . والحل ؟

لم نفكر فى أى حل . وإنما نحن هكذا مكتوب علينا الشقاء و "هؤلاء" وتوقفت عن إكمال هذه الجملة فانا أكره أن أقول : نحن وهم .. أى نحن وهؤلاء .. فان هذا التقسيم شرير .. أو أن هذا التقسيم حقد ولست حاقدا على أحد . وكل ما هناك أنهم أناس مثلى ومثلك قادرون على أن يستريحوا كانوا يعملون . والآن جاء موعد راحتهم .. وليست للراحة طقوس وليس لها مكان .. فأنت تستريح فى البلكونة وفوق السطوح وتحت الشجرة وتحت مظلة وفى

المنتزه وفي ظل الساقية .. أنها ليست مشكلة المكان وإنما مشكلة  
"إرادة" الراحة .. تماما كإرادة العلم . يجب أن "تريد" لكي تحقق  
شيئا ..

أما كيف تريد فمسألة سهلة جدا أغمض عينك وأفتح صدرك  
وذراعيك وأترك الباقي للهواء والماء والشمس وفورا يتحول كل  
شيء حولك إلى زهرات وفراشات تروح وتجيء كأنك شجرة يانعة  
.. أو كأنك حديقة .. أو كأنك جنة - فلا تطرد نفسك من هذه  
الجنة .. وكم اتسعت أرض ضيقة ، وكم ضاقت أرض واسعة  
والسبب أنت !!

## العمل والأمل ..

من الممكن أن تكون هذه العبارة صحيحة إذا زاد محصول الشاي في الهند ، نقص محصول القطن في مصر .. أو إذا جفت الأرض في تركيا ، مات محصول الكرنب في مصر .. وتفسير العبارة الأولى أن زيادة الشاي الهندي ووفرته في مصر تؤدي إلى انخفاض سعره وإقبال الفلاحين عليه .. والفلاح المصري من أكثر الناس استهلاكاً للشاي بعد الفلاح الليبي . والشاي الثقيل يؤدي إلى انسداد النفس، ويؤدي إلى إرهاق الكبد والكبد المرهق يصد النفس عن الطعام ، ويصيب الإنسان بالكسل . ولذلك فأصحاب الكبد الكسول يأكلون الشطة التي تفتح الشهية . ومادام الفلاح هكذا كسولاً، فانه لا يعمل إلا ساعات قليلة. ولما كان الفلاحون في مصر قد نقص عددهم ، مما أدى إلى نقص الإنتاج ، فإن ساعات عملهم القليلة تنحط بالإنتاج ، فلا يجمع الفلاح القطن إلا مرة

واحدة .. وبذلك يضيع علينا مليون قنطار قطن سنويا - مثلا ..  
وإذا تناقصت أمطار تركيا ، فإن شجيرات الحشيش هي الأخرى  
تجف . ويتناقص الحشيش والأفيون المهرب إلى مصر . ولما كان  
الفلاح مستهلكا للحشيش ، فإن نقصان الحشيش مع وفرة الشاي  
تؤدي إلى ارتباك مزاج الفلاح المصري .. فمرة لا نجد من يجمع  
القطن ، وفي المرة الثانية نجد أن تكاليف جمع الكرنب أعلى من  
ثمن بيع الكرنب . ولذلك سوف نتركه في الأرض - كثيرون فعلوا  
ذلك والمعنى : أن أسباب الوفرة والندرة متشابهة هنا وهناك ..  
ومعنى آخر : أننا في مصر نلقى اللوم على كل واحد وكل شيء . إلا  
أنفسنا ! وإذا كان الرئيس حسنى مبارك يدعو إلى زيادة الإنتاج ،  
فليس أمامنا ووراءنا من علاج إلا العمل .  
والعامل المصرى أقل عمال الدنيا عملا - لا أحد يقول ذلك فى  
مصر ، لأننا فى مصر نتفنن فى الكذب .. وإخفاء هذه الحقيقة  
المؤلمة من أبشع جرائمنا !

## فقط لا نأكل !

ما الذى يجعل إنسانا مفتوح الشهية يأكل ويشرب كأنه  
سيموت غدا ، وما الذى يجعل واحدا آخر يزهد فى الطعام  
والشراب كأنه يعيش أبدا ..

ثم كيف يمكن التحكم فى ذلك ؟ اختلف العلماء فى تفسير  
الجوع والشبع ، وانسداد النفس بصورة عصبية مثل الأميرة ديانا  
وانفتاحها مثل الأديب الفرنسى بلزاك؟

أسهل تفسير هو أن نقول إنها كيمياء . أى تعادل وتوازن  
واختلال التفاعلات الكيماوية فى داخل الجسم . وقيام الجهاز  
العصبى بمحاولات مستمرة لضبط وربط هذه النسب بين السوائل  
والمعادن والتفاعلات الكيماوية والكهربائية . وإذا لم يكن هذا  
الرأى واضحا فإنه هو التفسير الوحيد المتاح الآن ، ولذلك فالأطباء  
عندما يحاولون أن يوقفوا شهية أحد فأنهم ينصحون بتعاطى بعض

العقاقير التى تساعد كيميائيا على سد منافذ الشهية ، فالأنف يزهد  
والفم والعين والجسم كله . وقد يصاحب ذلك نوع من القرف  
والإحباط . وهذا ما يشعر به عادة الذين يتعاطون حبوب التخسيس  
- أى انسداد النفس عن الطعام والشراب والنوم والقراءة والكتابة  
والحب ..

وقد لاحظ العلماء الأمريكان أن الهنود الحمر كانوا فى غاية  
الرشاقة وكذلك بعض القبائل المنعزلة فى غابات الأمازون . أى  
أنهم ، رغم الجوع والعطش والأوبئة وسوء التغذية ، فإن حياتهم  
استمرت . ولكن عندما انتقلت إليهم الحضارة والسيور ماركت  
امتلات أجسادهم وترهلت أصيب أطفالهم بالسكر

والحيوانات أقدر وأحكم فهى لا تأكل إلا إذا جاعت .. وهى لا  
تأكل أكثر مما تحتاج المعدة - فالإنسان فقط هو الذى يقوم  
بتسمين العجول والطيور . أى إفساد الحكمة الغريزية فى جسمها.  
من أجل أن يزداد حجمها وشحمها قبل ذبحها !

وهذا هو مرض الحضارة الأمريكية الذى أصاب الملايين من الرجال والنساء الذين يحرصون على الرشاقة بأى ثمن . أما الثمن فهو فادح: السرطان!

وقد أعطيت بعض الحيوانات والطيور "حبوب التخسيس" فكانت شرسة وعصبية .. وبعضها مات بالانهيار .. والجوع .. أحدث الوسائل الأمريكية التى تفسد كل شئ هى أن يكف الإنسان عن تناول الطعام نهائيا ويكتفى بالفيتامينات وبكثير من السوائل فيكون رشيقا تماما ، ولكنه يعطل عشرات الوظائف فى جسمه !



## نضعف الإصغاء (١)

لو كانت اللافتات الموضوعة فى الشوارع والتي تقول "ممنوع استخدام أجهزة التنبيه" تنقل إلى كل بيت وكل شقة ، لكان الهدوء هو أعظم وأروع معالم الحياة المصرية. ولكن لأن نصف الشعب من الذين لا يقرءون .. ونصف الذين لا يقرءون هم أصحاب السيارات ، فهم لا يعرفون معنى اللافتات .. ولذلك كانت هذه الضوضاء فى القاهرة !!

أو هذا التلوث الصوتى ! ولو كان للصوت لون يمكن رؤيته . لكان فى كثافة الهباب والتراب الذباب فى بولاق الدكرور بالجيزة - أما الأثر السيئ لهذه الضوضاء فمؤكد . لأنه الذى يؤدى إلى الصداع ووجع الأسنان وتسويسها . وهو الذى يجعل يدك ترتعش وأنت تشرب القهوة التى تنبهك أكثر وأكثر . فالضوضاء تهز الجهاز العصبى .. كما تهز الموتورات ألواح الزجاج فى غرفتك ..

---

وهى لا تهزها فقط ، وإنما تشعل فيها النار. ولذلك يسرف الناس  
 فى تعاطى المهدئات والمنومات والمخدرات ..  
 والضوضاء تصيب الإنسان بالقلق والأرق . وتهد حيله فتصيبه  
 بالشعور بالفشل الإكتئاب وتجعله يتعلم الدرس الأول فى الهزيمة  
 اليومية ، ليكون بعد ذلك مهزوما فى كل موقع .فأنت عندما تفتح  
 النافذة وتهب عليك الأصوات من كل مكان تشعر بأنك لا تستطيع  
 أن تمنعها عن نفسك . وإذا قفلت النافذة تسلفت إليك . فلا حيلة  
 لك أمامها . ولا قدرة لك على دفعها . وهذا هو أول شعور  
 بالهزيمة .. وتجئ من بعدها هزائم أخرى .. هزيمة التراب ..  
 وهزيمة الذباب .. وهزيمة الحفر فى الشوارع .. والقذارة عموما  
 .. إلى ما لا نهاية من الهزائم الصغيرة التى تعمق لديك الشعور  
 بالحزن وبأنك إنسان مقهور مغلوب على أمرك .. وعلى عينك  
 وعلى أذنك وعلى أنفك .. وأنت خلقت هكذا ، لتبقى كذلك . ثم  
 تجد نفسك مطالبا بالانتصار فى كل خطوة تخطوها!

ولما ذهب الطبيب العالمى د. روزن إلى السودان ووجد الهدوء  
التام عرف لماذا الإنسان هناك سليم العينين والأذنين والأعصاب  
والضغط ..

ولابد أن نعمل شيئاً لمواجهة متاعب البيئة الصوتية ومتاعب  
الأنف والعين أيضاً - الآن . فالضوضاء غدا أوقع وأوجع !

## نضعف الإصغاء (٢)

هناك عبارة للفيلسوف الألماني شوبنهاور تقول "أنت تحب الهدوء أنت إنسان متحضر!"

وكما أن هناك حرية الكلام ، هناك أيضا حرية الصمت !  
ولكنه لم يدرك ما الذي فعلته الحضارات الآن .. المصانع ..  
والطائرات والكاسيتات والورش في الأحياء السكنية .. والحفلات  
الصاخبة والميكروفونات في كل مكان وبمناسبة وغير مناسبة -  
عندنا نحن مثلا ..

وفي ألمانيا جمعية "الصليب الأخضر" تحاول منذ سنوات تنبيه  
الشعب الألماني إلى أثر الضوضاء على الأذن وعلى المخ وعلى  
الأعصاب. ولذلك تطل على المدن الألمانية وفي سمائها أذنان

كبيرتان تلفت عيون وآذان الناس إلى خطورة التلوث الصوتى ..  
وإلى أن عشرة ملايين ألماني يعانون من ثقل السمع نهائيا .  
ولذلك يجب أن تقوم الشركات والمصانع بالكشف الدورى  
على آذان العمال وقدرة السمع عندهم . ثم وقاية الأذن الإنسانية  
من الضوضاء . أما الأطفال الصغار الذين اضطرب السمع عندهم  
فيمكن علاجهم بسرعة وبذلك ينمو الذكاء وقدرتهم اللغوية على  
النطق أيضا .

ومن المؤكد علميا الآن أن الكاسيتات والموسيقى الصاخبة  
والراديو الذى يضعه الشاب على أذنيه ذهابا وإيابا ، هى جميعا  
مصدر ضعف السمع والصمم بعد ذلك . وليست حفلات الديسكو  
إلا المناسبة العظمى لفقدان السمع بعد وقت قصير - الأرقام تؤكد  
ذلك !

ومما اكتشفه العلماء الألمان أيضا أن تسوس الأسنان والسكر  
والضغط والقرحة كلها تتولد بسبب الضوضاء أو الشوشرة  
الموسيقية التى تحدثها الكاسيتات غير الدقيقة أو التسجيلات غير  
النقية - هذه حقيقة !

ومن خمسين عاما ذهب طبيب الأذن العالمى هيرتس روزن إلى السودان وتنزانيا ، فاكشف أن عددا قليلا جدا قد تسوست أسنانهم أو أصيبوا بالسكر أو بارتفاع ضغط الدم. أما السبب فهو إنعدام الضوضاء التى تحرق الاعصاب ، وتشقق الأسنان ، ثم تقصف العمر بعد ذلك !

## إنها الحكومة الخفية

فى الدنيا حولنا ينفذون حكم الإعدام فى تاجر المخدرات لأنه قاتل مع سبق الإصرار والترصد .

ينفذون حكم الإعدام فورا فى المقتصب لأنه مجرم هتك عرضا وقتل روحا وداس دينا . ينفذون حكم الإعدام فى الذى اعتدى على ابنه وابنته وكل محارمه . الإعدام فورا . ولا نقرأ فى أية صحيفة فى الدنيا أن القانون سفاح أيضا . ولكن القانون يحمى الناس من الناس . فماذا لو لم يكن القانون سيفا قاطعا ، فالقوضى والتراخى واللامبالاة وضياع القيم والأخلاقيات وإنهيار الدين والناس .. وكل كلام بعد ذلك عن الخير والحق والعدل والسلام كلام فارغ !

إن تجارة المخدرات هى أعظم مافيا فى العالم ، إنها أقوى من الحكومات ومن جيوشها . انظر ما الذى يحدث فى أمريكا اللاتينية: جيش ومخابرات وفلوس وطائرات وجواسيس فى كل

مكان وزراء كل شجرة فى كل غابة ويشعلون النار فى الحقول  
التي ترصدها الأقمار الصناعية .. ويحرقونها ويدفنونها فى الأرض  
.. ثم يدفعون تعويضات باهظة لأصحاب الأرض وللحكومات ..

فماذا كانت النتيجة بعد خسارة ألوف الملايين من الدولارات؟  
نشرت الصحف الأمريكية أن سيل المنحدرات بكل أشكالها  
تنساب إلى الولايات المتحدة بقوة متجددة . كيف ؟

المعنى : إن هناك حكومة خفية قوية هذه الحكومة لها عقول  
مدبرة . ولها علماء وأطباء ومحامون ومخترعون فى القارات  
الخمس . ولهم رجال قد احترقوا كل أجهزة الأمن فى كل  
العواصم . ومنذ أيام نقل الأمريكان والإيطاليون والفرنسيون رجالا  
من غابات كولومبيا إلى أسبانيا لكى يدلوهم على أقرب مصانع  
الكوكاين بالقرب من العاصمة الأسبانية ، هل تتصور أنهم رجال  
لم ييرحوا أمريكا ، لم يروا أوروبا . ولكنهم يعرفون مكان المصنع  
.. من هؤلاء الناس؟ ما سلطتهم؟ كيف عرفوا؟!

إنها الحكومة الخفية التي تعمل على تدمير العالم ، ولا بد أن  
نسبqهم فنقضى عليهم .. وبلا رحمة . فلماذا تأخذنا الرحمة بهم



وهم يوقفون نمو مصر النامية؟ وهم يشوهون الأجنة قبل أن تولد ،  
والأطفال بعد أن صاروا شبابا !

## عليك بالجرجير

والله لا أعرف كيف يباع الجرجير فى مصر هل بالعود أو بالشيلة أو بالكيلو، ولا المؤلف الألمانى هيلموت ايرمال الذى أصدر كتابا عن الأعشاب الصحية - ولم يشأ أن يقول الأعشاب الطبية.. رغم أن الجرجير المصرى يدخلونه فى كثير من المركبات الغذائية والتجميل والعلاج، وقد اعتمد المؤلف الألمانى على ما كتبه العالم المصرى الكبير بلدياتى بول غليونجنى عن الطعام والتغذية عند الفراعنة... ولكنه يضيف إلى العالم المصرى، بعض ما اهتدى إليه علماء الكيمياء الحديثة.. وخاصة فى تغذية رواد الفضاء الأمريكان!!

يقول د. ايرمال: أن الجرجير المصرى -إن وجد- يعتبر غذاء كاملا... كاملا.. ولو فرضنا أن أحدا عصر عليه الليمون أو القليل

من السكر ووضعه فى رغيف فإنه يغنيه عن كل ما تحتوى عليه  
المائدة من الطعام - هذا إذا لم يكن فى نيته أن يضيف بعض الشحم  
واللحم الذى يجىء من النشويات: الخبز والأرز والبطاطس!!

ويقول أنه وجد فى إحدى المخطوطات القديمة فى مكتب  
الأسكوريال بمدريد مخطوطة لمؤلف فارسى عاش فى القرن التاسع  
الميلادى يتحدث عن فوائد الأعشاب الهندية.. وقد ذكر  
"الجرجير" وقال إنه عندما حار فى علاج الملك بكل ما أوتى من  
حيل نفسية وغذائية عرض عليه أن يأكل الجرجير ثلاثة أيام بأشكال  
مختلفة.. سليما ومهروسا ومطبوخا وعلى شكل مراهم.

ويقول الطبيب الفارسى: إن الملك قد تحسنت صحته، وذهبت  
البثور من وجهه.. ثم إن الطبيب طلب من الملك أن يعتصر  
الجرجير فى عينيه أيضا.. إلخ..

الطبيب الألمانى ينصحك إلى جانب الجرجير المصرى أن  
تسرف فى تعاطى الليمون المصرى أيضا وأن تضعه على كل شراب  
وطعام فإن لم تقض على كل السموم فعلى بعضها، ثم إنه مصدر  
للنشاط الحيوى والمستول الأول عن لمعان عينيك وأسنانك

وأظافرك - هذا الطبيب كيميائي وله عشرون كتابا عن التغذية  
وأستاذ في جامعات ألمانيا وأمريكا، والذين يستمعون إليه  
ويصدقونه بعشرات الملايين!!

## بسبب التثويج

لا توجد طريقة مؤكدة لنقصان الوزن، هناك ألف طريقة ، ولكن الطريقة الوحيدة المؤكدة هي: أن تمتنع عن الطعام، ولما كان ذلك صعبا، فلا بد من أن تتناول طعاماً، وكأننا لا نأكل، فيكون الطعام بلا دسم ولا سكريات ولا نشويات.

وإذا لم نستطع أن نمتنع بإرادتنا، فإننا نبحث عن إرادة مزيفة - أى سنبحث عن قوة تجعلنا نتوقف عن الطعام، هذه الإرادة المزيفة هى بعض الحبوب. هذه الحبوب تسد النفس وتفتح العين حتى لا ننام، لأن النوم له دخل أيضا فى زيادة الوزن، وهذه الحبوب من الممكن أن تكون ضارة على القلب وعلى الأعصاب..

ولأن الذين يريدون أن ينقص وزنهم عصبيون/ فهم يتعجلون النتيجة. ولذلك يريدون أن ينقص وزنهم فى أسرع وقت، وهذا

ممکن جدا فى أى وقت، يكفى أن تبتلع قرصين فى الصباح من أقراص إدرار البول -سوف تنقص فى نفس اليوم كيلو جراما واثنين.. وفى أسبوع تنقص عشرين كيلو جراماً، ولكن على حساب أشياء فى جهازك الهضمى والدورة الدموية وتوازن السوائل فى جسمك..

ورغم كل هذه الأضرار، فإن أحدا لن يتوقف عن أن يكون رشيقا. والتليفزيون هو السبب: إنه يعرض علينا نجوم الرياضة والسينما والسياسة، وهم فى غاية الرشاقة..

آخر ما اهتمدى إليه العلماء، بعد ما طبقوه على الكلاب والقطط والفئران والخيول والحمير أيضا، هو أن الذى يأكل طعاما واحدا.. سوف ينقص وزنه. وليكن هذا الطعام لحم الديك الرومى، فإن هذا اللحم لا يحتوى على كل إحتياجات الجسم.

ولاشيء يفتح الشهية إلا تنويع الأطعمة من حلو وحراق وساخن وبارد وفوار، وفى عملية سد النفس فإن الديك الرومى يعادل الفول المدمس والرغيف بلا ملح والتفاح الأمريكى والبصل الصعيدى -

جرب !!

## إرادة الشفاء

هناك ثورة بين علماء النفس والاجتماع تقرر حقيقتين. الأولى: أن المواد الكيماوية تتعاطاها على شكل عقاقير لتخفيف الألم، ضارة جدا بالصحة، تماما كالتدخين والمنبهات والمخدرات..

والثانية: أن في داخل الجسم الإنسانى طاقة هائلة ولكننا اعتدنا ألا نستعين بها.. تماما كالذى لديه وديعة مالية كبيرة فى البنك، ثم أنه حريص على أن يقترض من نفس البنك، دون أن يشبه إلى أن البنك سوف يستوفى حقه يوما ما..

من بين دعاة هذه النظرية القديمة المتجددة كاتب أمريكى اسمه "موفان كوزنس" له كتب سهلة تدعوك إلى إحترام نفسك ومعرفة قدرتك الهائلة التى لا تدري بها، لأنك اعتدت على أن تستعجل الشفاء مستعينا بالعقاقير الكيماوية.. ويرى أن القوة الكامنة فى

داخلك، قادرة على أن تشفيك من أى مرض.. أى مرض، حتى السرطان، وله تجارب عديدة تؤكد ذلك..  
فما هى هذه القوة؟ إنها إرادة الحياة.. إرادة الصحة.. إرادة النجاح.

الإرادة معناها: أن هناك قوة وأن هناك قرارا داخليا بإستخدامها. هذا هو القرار الحيوى. وهذا القرار لا يصدر بمجرد أنك تريده.. وإنما هو قرار يصدره العقل لوظائف الجسم، فيطلق طاقته المكنونة فى الدفاع عن الجسم ضد الأمراض، وفى مقاومة اليأس ومكافحة الإرهاب الداخلى.

فما من طبيب يطلب من الذى توجهه ساقه بأن ينام، بل يطلب إليه أن يدوس عليها ويتساقط ليقوم ويتكىء عليها.. فالقوة التى فى داخلك قادرة على أن تتحمل الألم، وإرادة الإستمرار هى وحدها التى سوف تشفى ساقك وعضلاتك وأعصابك أيضا..

الأرقام فى المستشفيات تؤكد أن إرادة الشفاء، هى نصف الشفاء.. وإرادة البقاء هى نصف الطريق إلى ذلك، ثم هى البقاء بأقل ألم وأقل يأس.



والمطلوب أن يكون هذا قرارك وقرار كل أحد نحو نفسه ونحو  
وطنه..

فإذا حدث كنا أمام إجماع شعبي على إنقاذ الوطن من كل  
مرض، مهما كان مستعصيا!!

## الهندسة الوراثية

كل يوم يموت خمسون نوعاً من النباتات والحيوانات.  
والسبب هو إحتراق الغابات بما فيها من نباتات وحشرات  
وحيوانات أيضاً..

والغابات تحترق قضاء وقدرًا. أو أن الناس يقطعون أشجارها  
ليبيعوا أخشابها أو ليزرعوها.

أو أن الغابات تموت من شدة الجفاف.

فما العمل؟؟ الإجابة عن هذا السؤال عند عشرات الجمعيات  
المتخصصة في حماية البيئة.. أى فى حماية النباتات والحيوانات  
والحشرات قبل أن تنقرض. ولذلك تسارع هذه المعاهد فى  
الحصول على الحيوانات المنوية والبويضات للحيوانات المهددة  
بالانقراض والاحتفاظ بها فى البنوك لتجميدها وتخصيبها وإكثارها

فى ظروف ملائمة، وفى العالم علماء كثيرون يقتحمون الغابات وحدائق الحيوان والحدائق المفتوحة ليحصلوا على ما يريدون من الحيوانات الموجودة قبل أن تنقرض..

ومن الملاحظ أن نقص الحيوانات شديدة الخصوبة - سواء كانت تعيش فى المنفى أو فى الحدائق المغلقة. مثل نوع من الغزلان والفئران والخنافس والفراشات وبعض الفيلة الإفريقية.. وقد استطاع عدد من العلماء أن يتحكموا فى حملها وولادتها بانتظام. وذلك عن طريق (الهندسة الوراثية) إما عن طريق التأثير على مكوناتها أو توجيهها إلى ما يريدون!!

والعلماء لا ينتظرون الحيوانات حتى تحمل أو حتى تلد.. ولكنهم يعزفون فترة الاستعداد للحمل عن طريق تحليل البول والدم وإفراز المواد البيوكيميائية التى تدل على استعداد الأنثى للخصوبة وذلك بأن تطلق الكثير من بويضاتها!!

وفى الأسبوع الماضى انتحر أحد علماء الهندسة الوراثية. لم يقل شيئا. مات وسره معه. ولكن زملاءه يؤكدون أنه أثناء تجاربه على القروء لاحظ أنه يستطيع أن يغير معالم القرد والإنسان أيضا.

وأنه نحشى من ارتكاب هذه الجريمة، فقد ولد له طفل مشوه -  
رحمه الله فمات- وصورة هذا الطفل لا تغيب عن عينيه..  
ولذلك قرر أن يموت حتى لا يكون سببا فى خلق أطفال  
مشوهين مثل ابنه..

وهى حالة خاصة لشعور عميق بالذنب.. ولكن الهندسة الوراثية  
قد أدت إلى مضاعفة وتنويع الحاصلات الزراعية والحيوانية..  
فالهندسة الوراثية (خادم مطيع) ولم يصبح حتى الآن سيدا  
شريرا!!

## مسموم يا نيل (١) !

ماذا أصاب الحمير والأبقار والجواميس والأغنام فى أسيوط.  
أصابها الكثير الذى يزعم البنى آدمين الذين يعيشون من أسيوط  
حتى البحر الأبيض أرجوك أن تقرأ ما جاء فى مجلة أسيوط  
للدراسات البيئية - عدد يناير ١٩٩٣ بقلم د. سيد العمر وسى وقد  
بدأ الكاتب بحثه بمصادر تلوث مياه النيل فوجد أنها من المصانع  
والصرف الصحى للمدن والقرى والأعشاب والطحالب والصرف  
الزراعى وسلوكيات الإنسان والحيوان - طبعاً تعرف سلوكيات  
الإنسان فى ماء النيل.. أما التلوث البصرى وتشويه النيل فهو  
بالنسبة لنا نوع من الترف لأننا لسنا مرهفى الحس لدرجة أن نجد  
الأندية القائمة على النيل تفسد جمال النيل لأن أحدا لا ينظر إلى

النيل!!

فبعد السد العالى - وسوف يجرى زمن نحاكم غيايبا صاحب فكرة إنشاء السد العالى ونشنته فى ميدان السادات - قد تغير نظام الماء وازداد التلوث وزادت الحموضة فى الماء.

ومن المؤكد - هذا رأى الباحث وعلماء آخرين. أن جميع مصانع السكر ولب الورق والفوسفات وتجفيف البصل فى سوهاج ومصنع الكوك وزيت الطعام والصابون وبعد ذلك تتكاثر المصانع حتى تصل إلى محافظة الجيزة ففيها وحدها أكبر قدر من التلوث فى مصر كلها برا وبحرا وجوا من مصانع الأسمنت والحديد والصلب وكلها تتعاون على إفساد الماء بالمواد الصلبة والعضوية والأملاح والمعادن..

شركات السكر وحدها تصب فى النيل ١٩٢ مليون متر مكعب..

فما الذى أصاب الحمير؟ لقد أصابها الهزال وليونة العظام وسهولة كسرها .. مع (تمعظم) الفخذ والساق وتأكلها وتعرضها للسقوط - بسبب إرتفاع التلوث فى الدم بنسبة ٥,٨٣ جزء فى المليون.

- أما النسبة المسموح بها فهي خمسة من عشرة في المليون -  
مازلت أتكلم عن الحمير!!

وهذه النسبة أيضا - كما يقول د. العمروسي - تصيب الحمير  
في الرئة والكلى والقلب والعظام. أما زيادة الرصاص في الأنسجة  
فيؤدي إلى ضعف جهاز المناعة في جميع الحيوانات -ربما يؤدي  
إلى الإيدز؟؟

أما باقى أبقار الفريزيان فارتفاع الفلورين فآثره على كريات الدم  
مخيف جدا -أما أثر هذه المادة على عباد الله أمثالنا، فأنت ترى  
ذلك فى مصارينك وقلبك وبصرك وبلادة التلاميذ وعدم قدرتهم  
على الإستيعاب!!

## مسموم يا نيل (٢) !

أكثر الناس عذابا هم الذين يسكنون فى القاهرة: زحام..  
تراب.. هباب.. أول أكسيد الكربون ثانى أكسيد الكربون..  
رصاص.. ضوضاء وأضعاف أضعاف هذه الأسماء موجودة فى ماء  
الشرب وفى الخضروات والفاكهة واللبن واللحوم.. ولا أحد يربط  
بين هذه الأسماء الكريهة والمغص والصداع وضعف النظر  
والذاكرة والمسالك..

ونحن سكان القاهرة عصبيون -وهذا طبيعى- وفى حالة كسل  
وبلادة ونحاول طوال الوقت أن نوقظ أنفسنا بالقهوة والشاي  
وبهذه المنبهات والسجائر وغيرها.. وإذا حاولنا النوم، فلا بد من  
المهدئات وإذا حاولنا اليقظة فلا بد من المنبهات.. بالعافية نصحو  
وبالعافية ننام.. وكل حياتنا (زق).



نزق أنفسنا.. نزاحم الناس.. نصطدم بهم فى الطريق فى  
الأتوبيس أمام الجمعيات التعاونية والمدارس والمستشفيات ولا بد  
أن يكون لون الحياة والعلاقات الإنسانية رماديا أو قاتما..

ولا بد أن تكون مشاعرنا هى الضيق: ضيق بالناس.. وضيق  
الصدر. ضيقون بالناس وبأنفسنا ولا بد أن تكون أسرع مشاعرنا  
الغضب.. والغضب يدرجنا إلى الكراهية.. والكراهية إلى الحقد  
والحقد.. هو الأب الشرعى لكل أنواع العنف.. العنف الفردى  
والعنف الجماعى.. ونحن الآن على مسافة قصيرة جدا من الانحناء  
على الأرض والبحث عن طوبة لكى ألقها عليك أو على أى أحد  
لا أعرفه.. طوبة أو سكين أو قنبلة.. وليس السبب الوحيد هو أنك  
من دين وأنا من دين.. ولا أنك غنى وأنا فقير.. ولا أنك تشغل  
مقعدا فى شركة أو فى الأتوبيس.. وإنما لكل هذه الأسباب ولأن  
أحدا لا يكلمنى ولا يسألنى ولا يحاورنى.. ولأننى ولأنك  
ولأننا..

والحل؟ الحل المؤقت هو أن نهرب من القاهرة إلى أى مكان  
آخر. اجلس إلى أى ترعة تحت أى شجرة مع أى أحد.. أهرب

إلى الشاطئ يوما.. اثنين.. ثلاثة.. المهم أن تنسحب من القاهرة..  
من هذه المدينة المجنونة العجوز الدميمة.. ولا تصدق ما يقوله  
السائح الأجنبي عن القاهرة.. إنه يراها لأول مرة ولأنها مختلفة عن  
بلاده ولأنه يريد أن يشعر بأنه لم يضيع فلسه.. ولكن إذا طالت  
إقامته طال لسانه.. وصار مثلنا يرى النجاة في البعد عنها!!

## مسموم يا نيل (٣) !

يجب أن ننبه بكل وسائل الإعلام إلى خطورة "عروس المولد" على صحة الأطفال وكيف أنها تؤثر على تركيب الخلايا - وتسبب السرطان. هذه حقيقة علمية. ليست فيها أية مبالغة، أما السبب فهو أن المواد التي تستخدم في تلوين عروس المولد كيميائية، وهذه المواد لا توضع بالنسب التي حددها القانون لسنة ١٩٤٦، وهناك نوعان من مواد التلوين: مواد نباتية مستخرجة من العنب والبنجر مثلا ولكن هذه المواد النباتية الأصل ليست ضارة وإن كانت غالية التكاليف، وهناك مواد كيميائية تستخلص منها الألوان. والإسراف في تلوين عروس المولد هو القاتل، بل هو الذي يسبب المرض أولا، ثم الموت البطيء بعد ذلك..

ولو خطف أى واحد منا رجله وذهب إلى مصانع الطشوت النحاسية المجنزرة لعرف أن هناك سببا آخر لموت الأطفال غير المواد الكيماوية: صدأ النحاس والتراب والهباب والذباب!! وكل أنواع الشيكولاته فى مصر: يستحيل أن يكون لونها البنى بسبب الكاكاو - وإنما هى ألوان كيماوية أيضا، وهى لا تقل فى خطورتها عن اللون "اللعلى" فى عروس المولد.

وقد تنبعت دول أوروبية كثيرة كما أشرت فى هذا المكان من قبل وأرسلت ما نشرته الصحف البريطانية للدكتور راغب دويدار وزير الصحة، ونبعت الصحف الفرنسية أيضا إلى خطورة الألوان الكيماوية وأثرها على أعصاب الأطفال وأنها سبب فى هياجهم وفى العنف وأنها تسبب الإدمان أيضا ١٢

لقد قامت وزارة الصحة أخيرا بمهاجمة أكثر من مائتى مصنع وضبطت المخالفات فى الصناعة وفى التلوين وفى قواعد النظافة. ولكن لا يزال الأمر خطير جدا على صحة الطفل.. إن منظمة الصحة العالمية قد اكتشفت أن الألبان الجافة، رغم نظافتها ودقة صناعتها قد سببت سرطان الأطفال فى العالم الثالث فحرمتها..

وألزمت شركات الألبان الكبرى ببناء المستشفيات في العالم  
الثالث تكفيرا عن خطاياها - أما خطايانا مع أطفالنا فيستحيل  
التكفير عنها إلا بؤاد عروس المولد ودفنها في فساتينها الورقية عند  
كل مولد...!!

## مسموم يا نيل (٤) !

فى مذكرات أحد الأطباء المصريين من خمسين عاما أن عدد المرضى الذين يشكون من إرتفاع الضغط قد زاد..  
فقد شكاه أكثر من عشرين شخصا فى عام واحد؟ ورأى أن إرتفاع الضغط من أمراض العصر.. وهو بالفعل كذلك بسبب التوترات العصبية وأمراض أخرى.  
وقيل أنه السكر أيضا.. وقيل بل تسوس الأسنان.. ويقال أن الشعب اليابانى هو أكثر شعوب العالم تسوسا للأسنان.. وسبب ذلك سوء مضغ الطعام أو سوء العناية بالأسنان.. ولكن من المؤكد أن الشعب الإسرائيلى هو أكثر الشعوب العالم تسوسا للأسنان بسبب التوتر العصبى المستمر والقلق الدائم وعدم الشعور بالأمان.  
ثم إسرافه فى تعاطى الحلويات.

ولكن الإحصائيات اليابانية الأخيرة تؤكد عكس ذلك. فقد وجد اليابانيون حلا سعيدا لتسوس الأسنان. وذلك بإخفاء التسوس تحت طبقة من الخزف الرقيق المتين أيضا..

ثم استبدال الأسنان. فقد اخترع اليابانيون عجينة متينة تعيش بعد موت أصحابها. والمثل الياباني يقول: أطول المؤسسات عمرا أسنان العواجيز (متوسط عمر الرجل ٧٦ عاما والمرأة ٨٢ عاما).

وفي مؤتمر دولي للأسنان عقد في طوكيو في الشهر الماضي. أعلن أحد العلماء اليابانيين أنه اكتشف أن تسوس الأسنان المبكر وراثي. وقدم أدلة على ذلك من ١٥٠٠ حالة لعدد من الفلاحين والصيادين يعيشون في هدوء تام.. ودون توترات عصبية مع اعتدال في تعاطي الحلويات وتنظيف يومي للأسنان في طقوس تكاد تكون دينية..

ولاحظ أيضا أن المتزوج أسرع إلى التسوس من الأعزب.. وأن المرأة أسرع إلى التسوس من الرجل.. وأنه ليس صحيحا ما يشاع في اليابان أن الحب يؤدي إلى تسوس الأسنان. ويقل التسوس بين رجال الدين..

وفى نهاية بحوث د. أوتو-دوكياما قال إنه فى السبعين من  
عمره وأسنانه سليمة لأنه مثل والده تماما قد تزوج عن حب عميق  
لامرأة أنجبت له سبعة من الأولاد، ثم أنه لم يذق اللحم طوال  
حياته!!



## مسموم يا نيل (٥) !

وضغنا على لسان الطبيب القديم جالينوس الكثير من الحكم والأمثال والنكت أيضا - مع أن الرجل لم يكن لديه وقت لكى يضحك، ولا مزاج لأن يداعب أحدا، فالذين يرونه يخيل إليهم أنه حامل كل أمراض الدنيا، وأنه عالج كل الناس، ونسى أن يعالج نفسه من "القرف" - من الناس الذين عالجهم، والذين لم يجد لهم علاجا، ثم إنه هو شخصيا كان يهز كتفيه إستخفافا بالطبيب والمريض والدواء. وكانت له عبارة: إذا كان الموت هو النهاية فلماذا الحرص على الصحة ما دام الموت هو الشافى المعافى من المرض والفقر والظلم؟!

صدق يا أستاذ!!

ومن عباراته أنه لولا قصب السكر ما عاش المصريون!!

عود قصب سكر من الأكسجين وأشعة الشمس - هي فعلا  
مصدر حيوية الفلاح، مهما كان الطعام الذى يضعه أمامه ناقصا  
كل عناصر الحياة!!

وهذه صدقت فيها يا أستاذ. لولا أننا لم نعد نجد ذلك القصب  
الذى تحدثت عنه، فهو هزيل أسود اللون.. فقد ارتفعت إليه المياه  
الجوفية فقصفت عمره وهو لا يزال فى المهد صبيا!!

ولابد أن الفراعنة كانوا أبعد نظرا عندما حرموا أكل الفول -  
ورأوه طعاما محرما، وما أخرجنا إلى نصيحة واضحة عن أثر الفول  
المدمس والبیسارة والطعمية فى معدة المصريين وفى حالتهم  
المعنوية وفى رضائهم بالقليل!!

قال المؤرخ الفرنسى ديجا أن نابليون لم يستسغ قصب السكر  
وإنما كان يكتفى بالقليل ثم يحاول أن يعرف أثره، وينظر إلى أعلى  
وإلى أسفل ويتلفت حوله، فيجد كل شيء فى مكانه.. بدد ثبتت  
الأشياء والنساء، ولم يتغير لون ولا موقع ولا دار رأسه ولا اتسعت  
عيناه لابد أنه يحاول المقارنة بين عصير القصب وبين الشمبانيا  
والكونياك فى بلاده!!

كان الإمام الشافعي ينصح الذين عندهم أرق بأن يمضوا عودا  
من القصب - ولكن همومنا يا سيدي الإمام لا تجدى معها  
"معصرة" قصب فهي أعقد وأعمق - ثم أين هو القصب!!

## مسموم يا نيل (٦) !

كأنهم يحرصون على المرض وعلى الموت بعد ذلك، وإلا فما تفسير أن يستمر الناس في التدخين رغم التحذيرات المستمرة بأن السجائر تسبب السرطان للمدخنين، والذين يشمون دخان الآخرين!!

واحد يقول لك: ليست لي لذة في الدنيا إلا التدخين. وليس معقولا أن أعيش دون أن أجد لشيء في الدنيا طعما، فالسجائر هي الطعام، وليست هي السبب الوحيد الذي يؤدي إلى الموت، فالناس يموتون في جميع الأحوال...!

وواحد يقول لك: أن تشرشل كان يدخن السيجار، ليس السجائر وقد عاش تسعين عاما!!

وواحد يقول لك: أن هناك أطفال تولد ميتة، فما الذى شربه أو  
أكله هؤلاء الأطفال فى بطون أمهاتهم والأصحاء يموتون والمرضى  
يعيشون!!

وليكن هذا رأى المدخنين ولكن ما ذنبنا نحن الذين لا ندخن  
ونجد أنفسنا فى مهب عواصف المدخنين فى كل مكان عام  
وخاص..؟

الأطباء ينصحون المدخنين بأن يدخنوا بعيدا عن بقية  
المدخنين.. لأن الذى يدخن بين الآخرين يشم دخان سيجارته  
وسجائر الآخرين.

أما الذين لا يدخنون فيجب أن يعرفوا أن واحداً منهم يموت  
كل يوم فى بريطانيا بسبب السرطان.. رغم أن ثلث الشعب  
البريطانى لا يدخن، فهناك أكثر من خمسة آلاف طفل يعانون من  
صعوبة فى التنفس رغم أن أهاليهم لا يدخنون ولكن الضيوف  
يدخنون!!..

إن دخان السجائر فيه أكثر من أربعة آلاف مادة كيماوية..  
وهى ضارة، وأكثرها ضررا هو أول أكسيد الكربون الذى يتنفسه

المدخن ليلا ونهارا، وجسم الإنسان في حاجة إلى ست ساعات من الهواء النقى لكي يزيل أثر سيجارة واحدة في دمه...!!

وقد أثبتت الدراسات التي أجراها العلماء الروس أن التدخين لعمال المناجم هو الذي يؤدي إلى تشوهات خلقية للأجنة.. وأنه حدث في مناطق المناجم في بريطانيا وألمانيا وروسيا أن ولدت الأمهات أطفالا مشوهين - وكان ذلك قبل انفجار مفاعل تشيرنوبل وما تبعه من انتشار الأسلحة النووية..

وبعد تحليل الماء والهواء والتربة وكل الأطعمة التي يتناولها عمال المناجم، لم يجد العلماء إلا سببا واحدا قاتلا للآباء، ومشوها للمواليد هو: دخان السجائر!! والرأى لك فحياتك أو موتك ومرضك ومرض أولادك بين شفتيك!!

## مسموم يا نيل (٧) !

ارفع صوتك يا أخى ، فنحن نصدقك.

قلتها لأحد العلماء الذى يدعو إلى تحريم السكر على الناس،  
لأن السكر سمّ أبيض، وأن هذا رأى كثير من علماء الدنيا، ولأن  
المصريين يتعاطونه بكميات كبيرة، وأن معظم الناس يفضلون أن  
يكون الشاي عسلاً أسود..

أى بالضبط يكون له اللون والطعم الذى يفتت الكبد!!  
من المؤكد أن السكر من قصب السكر ضار -ويمكنك أن  
تكرر كلمة ضار حتى نهاية هذه الصفحة ولا تكون مبالغاً!!  
ولذلك يجب أن نقول للناس كيف يمكن أن تتقى ضرر السكر،  
بتقليل الكميات، يجب أن تقول إلى أى حد.. ويجب أن تقول  
لهم إن كان البديل هو سكر البنجر أو السكرين.. أو عسل  
النحل؟؟

لا بد أن نبحث عن بديل.. لأن القضاء على عادة راسخة عند كل الناس صعب جداً، فالذى يقول لابن البلد لا تشرب شايا صباحاً لأن الشاى ضار والسكر أيضاً، يعلم مقدماً أن أحداً لن يسمع له كلاماً، بل إن مثل هذا الكلام يقرف الناس "ويقريفهم" فيشربون مزيداً من الشاى ليعدلوا دماغهم الذى انعوج بعد سماع هذا الكلام المر!!

وفى نفس الوقت يجب أن نذكر الأطعمة التى تحتوى على السكر مثل اللبن والطماطم والجزر وغيرها - أى مصادر أخرى للسكر التى يحتاجها الجسم، وهى أنواع من السكر أسهل وأخف على الجسم من سكر القصب. ولكن يجب أن تقول للناس ماذا يفعلون بالتدريج..

ولم أسترح لمن سمعتهم فى التليفزيون يخيفون الناس بالسكر ومن السكر ومن الإصابة به، وضرر مرض السكر على العين والقلب وبقية الأعضاء والوظائف.. فليس أسهل من إرهاب الناس.. وليس أصعب من تهدئة خواطرهم، وأصعب من ذلك أن



تقول لصاحب الكيف: غدا لا تشرب.. غدا وإلى الأبد. بعض  
الناس قادرون على ذلك، وأكثر الناس لا يستطيعون..  
إذن لابد أن يقول لنا العلماء وأن يقنعونا وأن يكونوا على  
مستوى عقولنا: ماذا تفعل اليوم وبالتدريج حتى نرى السكر ولا  
نتذوقه!!

## أنف كليوباترا

المفكر الفرنسي العظيم باسكال هو الذى قال: إن أنف كليوباترا قد غير التاريخ!!

ولا أنفها ولا هى كانت جميلة.. وإنما الشعراء جعلوها كذلك.. وكان المعنى المقصود هو: أن كليوباترا هى التى غيرت التاريخ!!

أما الذى سيغير أنفه التاريخ فعلا هو الرئيس ريجان الذى أصيب فى أنفه بسرطان الجلد، وأجريت له عمليات ناجحة، ولكن بقى الخطر على حياة كل الناس.. فأنف الرئيس الأمريكى قد أصيب بالسرطان بسبب الأشعة فوق بنفسجية التى تفيض بها الشمس علينا.

فقد اكتشف العلماء من عشر سنوات أن هناك ثقبا فى الغلاف الغازى فوق القطب الجنوبى. هذا الثقب قد صنعتها الغازات

---

المتصاعدة من المصانع، وظلت الغازات وما فيها من مواد كيماوية تعلق وتضغط حتى أكلت طبقة من الغلاف إسمها الأوزون - هذا الأوزون هو البطانة التي تحفظ الأرض من أشعة الشمس فوق البنفسجية القاتلة والتي تسبب سرطان الجلد...!!

ولابد أن تعاود الدول الصناعية مفاوضاتها التي توقفت لتتفق على وقف هذا الخطر الذي يتدفق علينا من السماء بسبب الأبخرة والغازات الكيماوية التي أسرفنا في استخدامها وخاصة: كلوروفلورو كربون الذي نستخدمه في الثلاجات وأجهزة التكييف وصناعة البلاستيك والمبيدات والمذيبات. هذا الغاز هو الذي يقوم بدور الأظافر والمخالب التي نحفر بها السقف الواقى لحياة الإنسان والحيوان والنبات.

وقد نصح العلماء الأمريكيان بضرورة استخدام الشماسى ووضع الأقمشة المبللة على الوجه أثناء المشى فى الشمس وكذلك الكريمات.

وفى أمريكا دعوة الآن إلى تحريم المشى فى الظهيرة رغم المظلات والكريمات، والسبب هو أن هناك جلدا رقيقا لا يقوى

على تحمل أشعة الشمس.. وقد علقت بعض البلاجات الأمريكية  
هذه التحذيرات: طبقا لأحدث المعلومات الدقيقة: الإستحمام قبل  
الحادية عشر صباحا وبعد الرابعة مساءً....

وقد التفت العلماء فى السنوات الأخيرة إلى هذا الخطر الهابط  
علينا من فوق بسبب المعلومات التى نشرت عن الرئيس -هناك  
ملايين الأنوف أصيبت ولكن أحدا لم يشعر بها... إنه أنف ريجان  
الذى سوف يغير التاريخ!!

## العظماء والإمساك (١)

أشهر الذين عاشوا وعندهم إمساك مزمن: الرئيسان جيفرسون وهاريسون والثائر روببير ونابليون وغاندى والزعيم تشرشل وعالم النفس فرويد والأديب هنرى جيمس والموسيقيار جرشوين وأصحاب الملايين هيبوز وأوناسيس وخاشفقجى والممثلة مارلين مونرو.. والأستاذ العقاد..

يقول د. جروتروود رينسون فى كتابها "الصداع النصفى وآلام أخرى" أن أكبر غلطة يقع فيها المصاب بإمساك مزمن أن يقاوم رغباته الجسمية: مثلاً إذا أحس أنه يريد أن ينام، ليستسلم للنوم فى مكتبه أو جالسا فى الأتوبيس -دقيقة واحدة تكفى لإعادة النشاط له.

وتقول أن نابليون هو أحسن نموذج لذلك. كان ينام فوق حصانه فى قلب المعركة وكان يستند إلى الحائط وينام..

ولكن غلطة نابليون أنه كان يتردد فى الذهاب إلى دورة المياه.  
فهو يجد نفسه محاطا بالجنرالات، ويرى أن الإنسحاب من  
مناقشة العمليات الحربية لدورة المياه عمل لا يرقى إلى مستوى  
عظمته؟!!

أما غاندى فلأنه كان يعيش على أنواع من النباتات ولا يشرب  
إلا القليل من السوائل - فهو قد عطل معظم وظائف الجهاز  
الهضمى!

وعالم النفس فرويد كان عصيبا وكان مريضا وكان ساخطا  
على الدنيا وعلى نفسه أكثر.. فهو الذى حاول أن يجد تشخيصا  
لكل مرض، وعلاجاً لكل إحباط، ومع ذلك لم يفلح فى أن يجد  
علاجاً للسرطان الذى تمكن من فمه، فأجريت له أكثر من عشرين  
عملية جراحية.. حرمت عليه معظم أنواع الطعام..

أما مارلين مونرو فكانت تنام بالمهدئات وتصحو بالمنبهات -  
فهى فى حالة وسط من اليقظة والنوم.. وهى لذلك عبارة عن  
"إنسان آلى" يحركه المخرجون والمنتجون مندوبو الإعلانات،  
كيف شاءوا.. وليس عندها وقت لتأكل، ولا لتهضم ما أكلت،

وعندها رغبة قوية دائما فى أن تنام، وتنام معظم وظائفها فى الهضم والدورة الدموية..

أما الأستاذ العقاد فهو عصبى وقليل الحركة.. ويجعل جسمه يتحرك وفقا لأفكاره هو.. فهو يضغط على المعدة لتهمضم ما يريد لا ما يستطيع.

ولذلك فالعقاد الطبيب هو الذى قتل العقاد الأديب.

## العظماء والإمساك (٢)

الفراعنة آمنوا بأن النباتات والفواكه تطيل العمر، واللحوم تقصف العمر ..

هذه الحكمة انتهى إليها الباحث الفرنسي كريستيان دى فرتفان من دراسة حديثة لمخلفات الملك توت عنخ آمون الذى اكتشفه كارتر وكارنرفون من ٦٩ عاماً.. والعالم الفرنسى قد قام بتحليل كيميائى دقيق لكل ما خلقه الملك توت عنخ آمون فى مقبرته فى مصر وفى المتحف المصرى وفى المتحف البريطانى أيضاً، وقد استخدم هذا الباحث الكبير أحدث الأدوات العلمية مثل المجهر الأستريو..

وقد وجد فى مقبرة الملك توت ٩٠ نوعاً من النباتات و ٢٠ مادة غذائية و ١٧ نوعاً من البقول وثلاثة أنواع من البذور التى سوف يبذرونها للملك توت عندما يعود إلى الحياة.. وبعض هذه

---



المواد مصرية وبعضها مستورد من لبنان والسودان وشواطئ البحر الأحمر.. أما الذين سوف يتولون زراعة هذه البذور فهم عدد من العمال والفلاحين كانت له تماثيل صغيرة سوف تحل فيها الروح وبسرعة ينهضون لخدمة الملك.. كما عثر العالم الكبير على مواد تنشط المعدة والأمعاء.. وكذلك عثر على التركيبات الدوائية للملك أى على نسب خلط المواد، ولا بد أن طبيبا أو كيميائيا هو الذى كتب هذه (الروشتة) لحاشية الملك..

وعثر العالم الفرنسى على جدول... ربما جدول لمواعيد تناول هذه المواد المنشطة أو التى تساعد فى هضم الطعام.. وهذا يدل على أن الملك توت كان يعانى من عسر هضم، أو لعله كان نباتيا ولا يتعاطى المواد الدهنية.. أو لعله كان حريصا على أن يبدو نحيفا رشيقا مما يجعله يصاب بالإمساك من حين إلى حين..

وجد عالم المصريات الفرنسى أن هناك بعض الأعشاب البرية قد وجدت بالصدفة بين الفاكهة والبذور..

وهذه الأعشاب تدلنا على (البيئة) الزراعية والجوية فى ذلك

الوقت!!

ولا اثر فى كل طعام الملك لحيوانات أو طيور - فكأن الطريق  
إلى الصحة محفوف بالنباتات وليس بالحيوانات والأسماك - إنها  
نصيحة هامة عمرها ثلاثة آلاف سنة يوجهها الملك توت إلى  
شعب مصر!!

## العظماء والإمساك (٣)

ولا داعى للسّمك أيضا!!

كنت قد قررت منفردا أن أمتنع عن أكل اللحوم.. لا ضرورة لها. ولا أجد لها طعما. ودعوت أيضا أن يتنبه الذين بلغوا الأربعين من أعمارهم أن يكفوا. فهناك أطعمة بديلة - الفول وكل البقول والبيض مثلا.

ودعوت إلى أن نترك اللحم للأطفال والمرضى. وأن نحسبها بالورقة والقلم فنجد أن الإمتناع عن اللحوم أو الإقلال منها يوفر مالا كثيرا.

وقلت فلنأكل السمك.. وكنت قد امتنعت عن اللحم والسمك عشرات السنين. ثم وجدتني مضطرا أن أعود إليهما، بعد ما مللت الإجابة عن سؤال يتكرر مع كل وجبة خارج البيت: ولماذا لا تأكل اللحوم!!

و كنت أحكى قصة مللتها. و رحت أخترع قصصا مللتها هى أيضا. و سددت إستطلاعات الناس بأن أعدت اللحم إلى فمى.. و عندما كنت فى أمريكا فى العام الماضى.. وجدت حملة قومية تدعو الناس إلى الإمتناع عن اللحوم التى هى مصدر غنى لكل أمراض المعدة والمصارين والدم..

ففيها كل أمراض الحيوانات مضافا إليها المواد الكيماوية التى يتعاطاها الحيوان فى العلف وفى كل النباتات التى يعيش عليها، والهواء الملوث الذى يشمه، فأكل اللحوم إضافة سامة إلى بقية السموم الموجودة فى الجسم الإنسانى، وقيل أن السمك أقل ضررا..

ولكن ظهرت نظرية جديدة تقول: بل السمك أكثر حساسية للتلوث..

فماء البحر مثل ماء النهر مسموم ثم إن الطعام عادة -أنت تعتاد أن تشرب القهوة قبل أو بعد الأكل. وتعتاد مع الأكل أن تضع الكثير من الملح أو الشطة.. وتعتاد على الأرز والسمك وتعتاد على

اللحم وعلى السمك.. وعلى الأرز والبطاطس معا (١٩) .. وتعتاد  
أن تأكل الخبز مع كل طعام حتى لو كان الطعام أرزاً!!  
ويمكن تغيير عادات الطعام والشراب. ووجدتني لا أذوق اللحم  
ولا المس إسمك، ولم أعد أشعر أنني فقدت شيئاً هاماً في  
طعامي.!!

## العظماء والإمساك (٤)

كانت للعالم المصرى الكبير أحمد زكى عبارة تقول: إذا غنيت  
رقصت معدتك!!

وكان يقصد بذلك أن الحالة النفسية الجيدة هى التى تجعل  
المعدة تنشط وتهضم، والذين يرهقون أنفسهم أو حالتهم النفسية  
سيئة، هم الذين يشكون من أوجاع المعدة والمصارين، وكل الناس  
العصبين أو الحساسين محكوم عليهم الموت بالمغص والتقلصات  
والإمساك والقرحة، لماذا؟ لأنهم لا يغنون وما داموا لا يغنون فإن  
معداتهم لا ترقص ومصارينهم لا تزغردا فنحن لسنا أعصابا فقط،  
ولا مصارين فقط، وإنما نحن أعصاب وعضلات وغدد وعلاقات  
اجتماعية. كلها مربوطة معا. ولكنها تشد بعضها البعض. وتنعقد  
معا. والناس الذين يحتفظون بالمزاج المعتدل هم القادرون على أن  
يحققوا الإنسجام بين هذه القوى التى تحكم الإنسان.

ولكن نظرية جديدة تقول الآن: إن الجسم كله مجموعة من العازفين.. أوركسترا.. هذا الأوركسترا يتناوب قيادته العقل أو القلب أو المعدة أو الكرش أو الكرسي الذى تجلس عليه.

وكل إنسان له أوركسترا ولكن ليس لكل إنسان نفس قائد الأوركسترا.. ولذلك تضاربت النغمات، لأن الأهداف مختلفة، والنظرية الجديدة تقول: إنه لسبب ما ليس معروفا الآن تكون الفرقة الموسيقية مستعدة لأن تعزف أى لحن.. وأحيانا تكون الفرق مستعدة، ولكن ليس لها قائد.. أو تكون الفرقة مستعدة والقائد مستعد أيضا.. ولكن النوتة الموسيقية قد ضاعت فيكف نعرف ذلك؟

أعود مرة أخرى إلى الحاسب الألكترونى الذى اسمه "بيورذم" أى الإيقاع الحيوى. هذا الحاسب قد أمسكته أمس وضربت رقم السنة التى ولدت فيها على زرار الإيقاع الحيوى وقسمت الأرقام على اليوم وهذا الشهر وهذا العام.. وكانت النتيجة أنه يحسن بى أن لا أفعل أى شىء اليوم. لأن إيقاعى الحيوى فى الحضيض..

صدقته أيها الحاسب.. ارتفعت على الفراش في إنتظار النوم  
ولكن النوم لم يجرى.. فقد ظلمت ألعف فى هذا الإختراع الجديد  
حتى الصباح..

وقلت مرة أخرى صدقت أيها الحاسب العظيم. فإن الذى فعلته  
حتى الآن لا يليق برجل مثلى، وإنما بطفل عشر على لعبة جديدة!!



## العظماء والإمساك (٥)

عندى كميات كبيرة من الأدوية أتمنى لو أعطيتها لأحد يحتاج إليها، أو لأحد المستشفيات يوزعها بالعدل على الناس، أو أتمنى ألا يحوجنى الله إليها!!

فأنا أحمل حقيبتين إذا سافرت: واحدة فيها الكتب والأخرى فيها الأدوية. أما أوجاعى فهى من ثلاثة أنواع: أوجاع المصارين والمصران الغليظ بصفة خاصة، فهو ذلك العفريت الذى يسكن الجانب الأيسر من بطنى ويصغر ويكبر ويتحول إلى قنفذ يشكنى أو أفعى تتلوى فى بطنى، أو ينقلب خازوقا، أو يصبح كالزفت المغلى.. وأحاول بكل ما أوتيت من معرفة أن أهدىء هذا الملعون فأرميه بالأقراص البيضاء والسوداء وأصب عليه السوائل أو أرتمى

على الفراش أحاول أن أسحقه بوزنى - ٩٥ كيلو جراماً قبل الأكل!!

والنوع الثانى الخوف الشديد من البرد، أو الزكام.. وأعتقد أننى مزكوم أو فى حالة خوف طول أيام السنة..

والنوع الثالث: هو أوجاع العينين.. فإن نصيبى من القدرة على الرؤية متواضع.. وأرجو أن يديم الله هذه النعمة.. وخوفاً على عيني فأنى أتعاطى الحبوب وأضع النظارات السوداء.. وأذهب إلى د. بهى الدين شلش كل ثلاثة شهور مستغلاً علمه وبراعته ورقته أيضاً.. وهو ككل الأطباء الكبار كلماتهم حلوة. كلماتهم قطرة.. وقد عوقبت على الإسراف فى تناول هذه العقاقير أشد أنواع العقاب...

فهذه العقاقير كلها لم تعد تأتى بالمفعول المطلوب.. فقد اعتاد جسمى على هذه المواد الكيميائية حتى أصبح يتفرج عليه ولا يهتز لها.. تماماً كما تسمع نكتة بايخة عشرين مرة من عشرين شخص.

هل تريد منى نصيحة بعد هذا كله؟ إن عالما نمساويا كبيرا  
تخصص فى الحيوانات خمسين عاما يقول: اسمعوا منى أيها  
القراء.. تعلموا من الكلاب..

أما الذى يجب أن تتعلمه من الكلاب فهو أن الكلاب عند  
المرض لا تأكل ولا تشرب وتأوى إلى مكان مظلم تماما، فالإفلام  
يريح العين.

ويريح "العصب التائه" فتهدأ المعدة والمصارين ويقوم الجسم  
بتعديل درجة الحرارة تلقائيا. فإذا اعتدلت درجة الحرارة والعرق  
فى كل الجسم، كان ذلك أنسب جو للشفاء..  
فإذا نجحت هذه التجربة معك، فتعال معا نلقى بما لدينا من  
أدوية فى النيل!!

## العظماء والإمساك (٦)

من حين إلى حين اقرأ بعض الكتب القديمة. لأنها لا تخلو من حكمة، ولأن الإنسان في حاجة إلى من يقول له كلاما جديدا.. وهذا الكلام القديم يعتبر جديدا لأنك لا تجده كثيرا على ألسنة الناس أو في الصحف..

وكل ما قاله الأقدمون عن الصحة له أساس من الصحة. فالذى يقول لك: نم مبكرا واصبح مبكرا ليس مخطئا، لأنها من الناحية الطبية قاعدة سليمة..

وهى من الناحية النفسية صحيحة أيضا. لأن الإنسان لا يستطيع أن ينام مبكرا إذا كانت أعصابه مرهقة. أو إذا كان ضميره يوجعه.. أى إذا كانت هناك هموم ثقيلة على نفسه. لم يستطع أن يتخلص منها. وهو لم يستطع ذلك لأنه لم يقم بتصفية حساباته مع الناس أولاً بأول. فالذى غضب منه لم يصالحه، أو لم يصفحه أو لم يقبل

رأسه قائلاً: حَقَّكَ عَلَى أَنَا الْغُلْطَانُ.. لِأَنَّهُ إِذَا فَعَلَ ذَلِكَ اسْتَطَاعَ أَنْ يَنَامَ مُبَكِّراً. فَإِذَا فَعَلَ ذَلِكَ أَخَذَ الْجِسْمَ نَصِيْبَهُ مِنَ الرَّاحَةِ. وَصَحَا مُبَكِّراً. فَالْمُفَكِّرُ الْعَرَبِيُّ الْقَدِيمُ "الْجَا حِظُّ" لَهُ كِتَابٌ مَشْهُورٌ عَنِ الْبَخْلَاءِ.

وَفِي هَذَا الْكِتَابِ يَعْضُ أَنْوَاعاً مِنَ الْبَخْلَاءِ. مِنْ بَيْنِ هَؤُلَاءِ وَاحِدٌ يَرَى أَنَّ السُّلُوكَ الْوَحِيدَ الَّذِي يَكْلِفُكَ قَلِيلاً هُوَ أَنْ تَنَامَ مُبَكِّراً.. فَالَّذِي يَنَامُ لَا يَأْكُلُ وَلَا يَشْرَبُ وَلَا يَضْطَرُّ أَحَدٌ أَنْ يَفْعَلَ ذَلِكَ، وَلَا يَدْعُوهُ أَحَدٌ إِلَى طَعَامٍ أَوْ يَدْعُو أَحَدًا إِلَى طَعَامٍ.. إِنْ النَّائِمُ أَقْلُ النَّاسِ إِنْفَاقاً لَطَاقَتِهِ وَفُلُوسِهِ!!

وَفِي كِتَابٍ قَدِيمٍ جَدَا لِبَاحِثٍ صِينِيٍّ اسْمُهُ -يُو-أَنْ-تُو-لِي- هَذَا الْكِتَابُ عُنْوَانُهُ "قِصَصٌ عَنْ أَبْنَاءِ النَّهْرِ الْأَصْفَرِ". وَفِي إِحْدَى الْقِصَصِ أَنَّ رَجُلًا وَزَوْجَتَهُ كَانَا مَشْغُولَيْنِ بِهَمُومِ الْآخِرِينَ.. وَإِنْ هَذَا الْإِنْشِغَالُ أَفْسَدَ عَلَيْهِمَا حَيَاتَهُمَا تَمَامًا. فَعِنْدَهُمَا الْمَالُ وَهُمَا مَشْغُولَانِ بِالْفُقَرَاءِ.

وعندهما الأولاد وهما مشغولان باليتامى.. وعندهما الصحة  
وهما مشغولان بالمرضى.. ثم مرض الرجل وزوجته وعاشا فقراء  
وماتا غرقا.. انتهت القصة.

أما الحكمة الأخلاقية للمؤلف فهي: ليس الذى يتعب الإنسان  
هو ما عمله. ولكنه الهموم.. همومه أو إنشغاله بهموم الناس..  
وليست كل الهموم تسقط مع الحذاء وأنت تذهب إلى فراشك..  
بعضها يبقى.. إلى جوار رأسك على الوسادة.

والمعنى القديم هو: من يستطيع أن ينام مبكراً، هو الذى  
يستطيع أن يصحو مبكراً.. وأن يعيش طويلاً!!

## العظماء والإمساك (٧)

من أربعة آلاف سنة اقترح موظف فرعونى شاطر أن يدفع الشعب للملك ثمن الهواء الذى يشمه سدا للعجز فى الميزانية.. رفض الملك، ولكن أيقن الاثنان أن الهواء ضرورى للإنسان وإن كان فى ذلك الوقت لم يعرف ما هو الهواء.

وكان هواء زمان غير هواء اليوم.. ذلك الهواء المسموم الذى يصيبنا فى القلب والمعدة وفى الخلايا.. وسوف يفعل ذلك ما دامت عندنا احتراقات هائلة فى المصانع والمحركات وبراكين وحرائق فى الغابات..

والآن عندنا مشكلة تهدد حياتنا.. أرجو أن تتصور أن الكرة الأرضية مثل كرة قدم تحملها يديك.. هذه الكرة قد أحاط بها عدة أكياس من القماش والبلاستيك.. أهمها الكيس الخارجى واسمه غاز الأوزون وإرتفاعه حوالى العشرين كيلومتراً.

هذا الكيس الخارجى يحجب أشعة الموت هذه اسمها: الأشعة  
فوق البنفسجية!!

وفجأة اكتشف العلماء أن الكيس الخارجى ظهرت بها ثقوب.  
وهذه الثقوب تتسع ومنها تفيض على الأرض أشعة الموت.. تقتل  
النبات والحيوان والأسماك وتصيب الإنسان بسرطان الجلد.  
فلماذا هذه الثقوب؟ السبب هو أن الغازات المتصاعدة من  
الأرض قد نفذت فى غاز الأوزون الذى هو الدرع الواقية من  
الموت.. هذه الغازات أهمها غاز لطيف ظريف كان من مفاخر  
علماء الكيمياء.. هذا الغاز نستخدمه فى التبريد وفى دفع الروائح  
من الرشاشات - الأسبراى البيروسول والأورسول.. والكولونيات -  
هذا الغاز اللطيف يهلهل درع الأوزون الاسم الكيميائى لهذا الغاز  
هو: كلورو - فلوورو - مايشين.. وقد اكتشف العلماء هذه القدرة  
(الخارقة) للغاز فوق القطب الجنوبى..

ما الحل؟ كما أن الموت من صنعنا.. فالوقاية منه أيضا.. لا بد  
من إستخدام (الفلاتر) -أو المصافى حتى لا تتصاعد الغازات  
السامة، وحتى لا تسقط الأمطار الحامضية فوق السويد والنرويج



وكندا، فتقتل النباتات والحيوانات والأسماك.. ولا بد من الإقتصاد  
فى إنتاج هذه الغازات الخارقة.. ومن أجل هذا يجتمع العلماء  
والرؤساء فى هولندا..

ملحوظة: باق لنا من الزمن على سطح الأرض بضعة آلاف من  
السنين فقد كانت الأرض هبة الشمس، واليوم تسترد الشمس ما  
وهبت!!

## العظماء والإمساك (٨)

عندما توفي جمال عبد الناصر فى هذه السن الصغيرة تشكك  
الأطباء الصينيون وقالوا: الروس قتلوه!!

فهم لا يتصورون أن يموت الإنسان فى هذه السن لأى سبب!؟  
ولكن حياة الزعماء والذين يقومون بأعمال قيادية فى مصر غير  
سليمة.. لا هى منتظمة ولا هى صحية.. ولذلك مات وسوف  
يموت أناس فى سن عبد الناصر وأصغر منه.. فالراحة لا تتناسب مع  
التعب.. وأهم عيوب حياتنا فى مصر أنها لا تعرف النظم. وربما  
بدت هذه العبارة بسيطة أو ساذجة. أو ليست جديدة على أحد  
ولكن اسمع كل ما يقوله لك العائدون من المستشفيات الأوروبية  
والأمريكية والمصحات فى سويسرا والنمسا والسويد.. إنهم  
يؤكدون معنى واحد هو أصعب هذه المعانى جميعاً.. لا بد من

النظام. نظام للعمل. نظام الراحة من العمل. نظام الوجبات والراحة بعد الوجبات..

ولكن لماذا؟ أى لماذا النظام؟ ولماذا لا يكون عندنا نظام؟ أولاً لماذا النظام لأن الجسم الإنسانى جهاز دقيق ويجب العناية به وصيانتة. صيانة الجسم أى الطعام والمضغ والهضم والإفرازات والإمتصاص.. وإتاحة الراحة لكل الغدد أن تعمل. وللجسم أن يستريح..

وليس العمل الكثير هو الإنتاج الكثير.. كما أن الإسراف فى الطعام ليس هو الصحة.. ولا النوم الكثير هو الراحة، ولا السهر الطويل هو النشاط الإيجابى..

ولكن لماذا نعجز عن تحقيق هذا النشاط؟؟

هذا السؤال لا يخطر لنا على البال، إلا عندما يهز الأطباء رؤوسهم يميناً وشمالاً ويضربون كفا بكف ويقولون: إن الحديث النبوى هو غاية الحكمة الطبية فى كل العصور إن لبدنك عليك حقاً!!

وقد قرأت كتاباً عن الأعشاب للطبيب الفرنسي "ميساجيه" الذي كان يعالج الملك فاروق من التخمّة والسمنة ويقول في المقدمة: أن أستاذي وأستاذ كل الأطباء الحكماء والعلماء هم الحيوانات. إن الله لم يعط هذه الكائنات عقلاً. فليسوا في حاجة إليه. وإنما أودعهم سر الحكمة الإلهية. الغريزة التي تجعله يأكل بانتظام. وبعد الأكل ينام.

يقول ميساجيه أيضاً أنه اقبل الكاتب الإنجليزي الساخر برنارد شو، وكان نباتياً. فسأله: ما هو سر حكمتك؟ قال برنارد شو ضاحكاً: إنني أمتنع عن أكل اللحوم بانتظام.. وكان من عادة شو أن يضع اللحم على مائدته، ثم يتركها ويأكل السلطة.

فالانتظام والنظام هو الصحة - إن أردت أن يطول عمرك!!

## العظماء والإمساك (٩)

والله إننى فى حيرة مثلك تماما. عند النهاية من قراءة هذه السطور، فأنا لا كل اللحم بكل أنواعه وأسمائه، وأكل السمك، السبب أننى أصلا لا أحب اللحم. ولكن عندما وجدت نفسى موضوعا لتساؤلات الناس عن: أيه الحكاية ومنذ متى؟ ولماذا؟ عدت إلى أكل اللحم الذى لا أحبه ولا أطيقه ولا أسيغه. ثم عدلت عنه إلى السمك. لماذا؟ قال علماء التغذية والكيمياء والبيئة أن اللحم هو أكثر الأطعمة ضررا للجسم الإنسانى. لأن الحيوانات تأكل الأعشاب المسمومة بالمبيدات الحشرية والكيمائيات.. وأن هذه السموم تتكلس فى أماكن مختلفة من هذه الحيوانات. وألوف الأدلة تؤكد ذلك..

وفى نفس الوقت فإننى أسرف فى أكل كل الخضراوات التى تتعرض للسموم التى تدخل الحيوانات!! وهذه السموم لا يغسلها

---

الماء والصابون.. وكذلك اللبن بكل أنواعه سام.. حتى غسل النحل الذى كان يخلو من الميكروبات لأن العسل قاتل لكل أنواع الميكروبات.. هذا العسل مغشوش فقد علمنا أن النحل يكذب. قدمنا له طشوت الماء بالسكر مع ماء الورد والزهر . فيتجه النحل إلى السكر وإلى الرائحة ويفرز هذا الذى تأكله على أنه عسل نحل -إنه عسل بلا نحل فالنحل يا ولداه أصبح ذبابا!!

آخر كلام فى دنيا الأحياء البحرية إنها هى الأخرى تحتوى على كميات من السموم لا حصر لها.. أليس البحر ملوثا؟ أليس النهر ملوثا بالجيف والمخلفات الصناعية والرواسب الكيماوية.. أليست الأعشاب التى يأكلها السمك مسمومة؟

أما ماء الحنفية فيمكن ترشيحه بالمنديل أو القطن ثم يمكن عصر الليمون على الماء فيقتل ما لا نهاية له من الميكروبات.

فما القول فى الأاطعمة التى تدخل الفرن والتى لا تدخل؟ ما هى قدرة الجسم على المقاومة وعلى المناعة وأين تقف الأدوية التى هى قوات مرتزقة تحارب إلى جانب (القوات الوطنية) فى الجسم؟

وما العمل إذا كانت القوات المعادية للجسم الإنسانى تغير خططها  
أولاً بأول، لأنها أيضا تريد أن تعيش؟؟

هل قلت أنت: خليها على الله؟ هلى فعلا على الله.. وإنها  
لمعجزة يومية أن تجد نفسك بعد كل ذلك ما تزال حيا تقرأ ولا  
تريد أن تصدق كل الذى قلته أنا هنا ويقوله غيرى فى أماكن  
أخرى!

## العظماء والإمساك (١٠)

آخر كلام: كل الأطعمة التي تتناولها والهواء الذي تشمه مسموم.. مسموم يا ولدى!!

ليس هذا رأيي. ولكن انتهى علماء أمريكا إلى هذه النتيجة أما العلاج فهو أنهم تقدموا بطلب إلى زملائهم علماء الكيمياء والميكانيكا أن يقللوا من إستخدام المواد الكيماوية في القضاء على الآفات الزراعية. فالمواد تقتل الآفات ولكن النباتات والحيوانات تحتفظ بما زاد عن حاجة الحشرات والطيور لكى تموت. وتقدم علماء الكيمياء إلى علماء الميكانيكا أن يبحثوا لهم عن حل لزيادة عادم السيارات والطائرات. وعلماء الميكانيكا تقدموا بطلب إلى علماء الطب بأن يقللوا من إعطاء روشتات للمرضى بقوائم لا تنتهى من الأدوية، والأطباء ينصحون المرضى بأن يغلوا لماء وأن يغسلوا الخضراوات بالمطهرات. وعلماء النفس يقولون: أبدا ولا يهملك



الأعصاب يجب أن تكون هادئة لأن الأعصاب المضطربة تفرز مواد كيميائية أقسى من المواد التي تجيء إليك مع اللحم واللبن وقشر الفاكهة والخضراوات .. ويكفى أن تشرب فنجان من القهوة أو الشاي .. وعلماء التغذية يقولون: ولا حتى فنجان القهوة .. فالمواد الحافظة لللبن والنسكافيه عديم الكافيين تسبب السرطان - واللحم المشوى على الفحم .. والبخار الذى يتصاعد من الزفت عند رصف الشوارع !

هل هناك حل ؟ الجواب : لا .. إذن كيف يعيش الإنسان بعد كل هذا الذى قاله العلماء ؟ يعود العلماء إلى ذكر الله عندما يحتارون فى الحل .. ويقولون: إن الله سبحانه وتعالى قد جعل فى الجسم الإنسانى جيشا احتياطيا لا يقف على حيله إلا عند الخطر العظيم. فعلى الرغم من السموم التى صنعها يديه ليموت ويدفن نفسه تحت جلده ..

أين هذا الجيش؟ ومتى وكيف وإلى متى تظل هذه القوى الخفية قادرة على إنقاذ الإنسان فى آخر لحظة .. لا أحد يعرف بالضبط

ولكن السموم التي يتلعتها الإنسان كل يوم نصفها يقتل فيلا .. ومع ذلك فإنه لا يموت. كيف؟ إنها إرادة الله !

## إنهم غائبون ..

طبعى جدا أن يتجه الأولاد إلى الحشيش والمخدرات الأخرى . مادام الأب ليس هنا . والأم كذلك .. ما الذى تتوقعه صاحبة الفخامة البريطانية دوقة كنت؟ ما الذى تتوقعه جين فوندا من ابنتها؟ وما الذى يتوقعه كثير من نجوم السينما والسياسة والصناعة .. لقد انشغلت المرأة الناجحة بمواصلة النجاح وتحديات المهنة والحياة . فلم يعد عندها وقت لكى تعرف بالضبط ما الذى تفعله ابنتها أو ابنها .. إنها تركت البنت للخادمة - كل بنات وأبناء الناجحين تربية خادمت وسفرجية .. وكلهم يتامى - كأنهم يتامى . فليس اليتيم هو الذى مات أبواه ، ولكن كأنهما !

ولذلك كثير من النجوم يبعدون أولادهم عن بيوتهم وعن حياتهم ويعثون بهم ليتعلموا بعيدا - بعيدا عن عيون الناس .. بعيدا عن الحياة الخاصة لوالدته أو لوالده .. وبذلك يكبر الطفل

---

مختلفا . وتكون الأم أكثر حرية. أما أن الأم أو الأب سوف يبقى أكثر حرية ، فصحيح. وأما أن الابن أو الابنة ستكون بعيدة عن الأم أيضا .. ولكن البعد عن الأم والأب ليس عن الفساد والحرية المطلقة، وليس بعيدا عن الشعور بالعزلة وبانه منبوذ وبانه معزول وبانه غير قادر على أن يقول : أمي كذا وأبي كذا .. فقد علمه الأب والأم أن حياتهما "عورة" يجب أن تكون بعيدة عن عينيه وأذنيه!

تقول الممثلة الأمريكية جين فوندا بعد أن ضبطت ابنتها والهيروين : غلطتي .. فالأب ليس هناك والأم أيضا . إن ابنتي ضالة !

أما صاحب مئات الملايين فولهوزن الألماني الأمريكي فهو فشل تماما في علاج ابنه من المخدرات مع أنه قد رصد له كل الذين يعلمونه حسن السير والسلوك - والرجل صادق تماما ولكنه نسي أن له ابنا وان للأبن أما هاجرت مع عشيق إلى بلاد بعيدة !؟

وقبل ذلك ويتا هيوارث ولاناتيرنر وممثلات مصريات أيضا  
ونجوم وكواكب فى كل فن وعلم وصناعة إنها قضية واحدة ..  
إذا لم يكن الطفل فى عينى أبيه وأمه التقطته الأيدى القذرة  
والعيون الجريئة ، واتسعت له ظلمات المواقير والزنازين والغرز  
وليس الذى يعرضه التلفزيون إلا عينات قليلة جدا من فئة واحدة  
جاهلة فقيرة ا

## هارب إلى القاهرة ..

أكثر الناس لا يشربون الماء بلا لون ولا طعم ولا رائحة فنحن نشرب الشاي والقهوة والمياه الغازية، ولكن يحدث أحيانا كثيرة أن نشتهي طعم الماء كما خلقه الله، حتى هذا الماء أصبح نادرا. فالماء الذى ينزل من الحنفية قد عالجناه بالمواد الكيماوية التى تطهره من الطفيليات بسبب ركود مياه النيل، وبسبب ركود المياه فى الخزانات وفى المواسير، ولذلك وجدنا الماء بلا لون فمن المؤكد أن له طعماً، وهذه الطعم قد اعتدنا عليه، كما اعتدنا على العقاقير، فلم يعد الماء إلا نوعاً من العقاقير، وإذا اكتشف الواحد منا أن الماء بلا طعم، فإنه يفرع على صحته!! وكنا فى القاهرة نهرب من مصر الجديدة لأن مياهها ارتوازية، ولأن بها قدراً من الأملاح، تجعل من يشربها فى حالة عطش دائم. ثم إنها تفسد مذاق الشاي والقهوة..

وهذه هي المرة الأولى التي أسارع فيها إلى القاهرة لا هرباً من جمال الإسكندرية وهدوئها. ولا ياساً من أن أتعلم السباحة. ولا حقداً على الذين يأكلون الكائنات البحرية وهي ما تزال تتحرك تحت عصير الليمون، ولكن أملاً في أن أشرب ماء بلا طعم.. أو له طعم مقبول. حاولت أن أخفي طعم مياه الإسكندرية بالشاي لم أفلح بالبن الكثير. فشلت بالبن واللبن وكثير من السكر، تأكد فشلي. حاولت كما يفعل بعض "الكيفة" أن أصنع الشاي بالمياه المعدنية، فاكتشفت أن المياه المعدنية لها طعم المياه العادية - فلا هي معدنية ولا هي عادية..

ولا أعرف ماذا الذي أصاب مياه الإسكندرية إنها أصبحت لا تطاق - أى لا يطيقها اللسان ولا يتغلب عليها طعم الشاي والبن. إن شيئاً ما قد أضيف إليها بكميات كثيرة، أهى مواد كيماوية أو انفتحت عليها مياه المجارى، أو إنها من البحر..

من أجل ذلك هربت إلى القاهرة!!

## دواء كثير : شفاء قليل !!

لم يجد الطبيب العالمى ما يقوله للمريض المصرى الذى يزن تسعين كيلو جراما وفى الخمسين من عمره ويشكو من أوجاع فى ساقه وفى ظهره. بعد أن رأى لسانه وبياض عينه. وعرف عدد السجائر التى يدخنها، وأنه عصبي وأن والده كان مريضا بالسكر، وأنه مثل معظم أبناء الريف قد أصيب بالتلوث المزمن " البلهارسيا والإنكلستوما والدوسنتاريا. قال له الطبيب: عليك بالصوم!!

قال المريض: أصوم رمضان ثلاثين يوما كل سنة.

قال الطبيب: ولكن لم ينقص وزنك ولا خفت عظامك ولا هدأت أعصابك وانسدت شهيتك ولا نقصت سجائرك! إذن فلا بد من أنواع أخرى من الصيام..

أما الصيام الذى رآه الطبيب فهو أن يتناول وجبة واحدة أو على الأصح نصف وجبة. فيضع أمامه كل يوم ما اعتاد أن يأكله



ثم يأكل نصفه تماما. ويفضل أن يكون ذلك فى وجبة الغذاء.. أو العشاء.. بشرط أن ينام بعدها بثلاث ساعات.

وأن يتحرك فى أى مكان. ففى مكتبه يجب أن يترك مقعده ويدور حوله أو حتى حول نفسه. المهم أن يتحرك. أى يصوم عن الجلوس الطويل.

أما الصيام الذى أصر عليه د. أسكول أشهر أطباء السويد فهو ألا يتناول المريض المصرى أية عقاقير إلا عند الضرورة. وأن يكون ذلك بأمر الطبيب. حتى الأسبرين يجب أن يقتصد فيه..

وضحك الطبيب قائلا: طبعا أنت تريد رويشة كما هى العادة! ومد الطبيب يده بورقة مطوية وقال للمريض: هذه الرويشة لك ولأسرتك مدى الحياة..

وكان الذى كتبه الطبيب هو هذه الحكمة: طعام كثير مرض كثير. دواء كثير: شفاء قليل!!

## نصيحة لكل أم ..

بسبب أن المرأة حريصة على خطوطها الجمالية - صدرها خصوصاً - فهي لا ترضع طفلها وإنما تعطيه لبناً صناعياً. وهي قضية قديمة منذ أن اشتغلت المرأة. ومنذ تحديد النسل. ومنذ أن كان لبن بعض الأمهات قليلاً. ولكن الجديد هو أن مجلة (لانسيت) الطبية العظيمة الاحترام في العالم قد فتحت ملف لبن الأم واللبن الصناعي واستأنفت الحكم في هذه القضية..

وترى هذه المجلة في عددها الأخير أن لبن الأم هو الذي يجعل الطفل أقوى وأذكى، وقد درست المجلة حالات ألوف من الأطفال في سن السابعة - فبعضهم عاش على الرضاعة والبعض الآخر على لبن الأنابيب.. واكتشف العلماء أن الطفل الذي يرضع من ثدي أمه، هو الأكثر مناعة، والأكثر صحة والأكثر ذكاءً -

حتى لو كان اللبن الصناعي يحتوى على كل الفيتامينات الموجودة فى لبن الأم..

أما السبب الأهم فهو (التحام) الطفل بأمه، أى ملامسة جسمه لجسمها، وهذه الملامسة هى التى تصنع المعجزات، فالطفل الذى يعرف الأمان، غير الطفل الذى يتقل كل يوم من صدر أم إلى صدر مرضعة.. أى الطفل الذى لا يعرف إلا (البيرونة).. وإنما يعرف الأحضان الدافئة..

وبسبب ظروف العمل والسرعة فإن الأم أصبحت غير قادرة على أن ترضع طفلها حتى يشبع.

فى الإستفتاء الذى أجرته مجلة (لانست) نجد أن بعض الأمهات يقلن أنهن مضطرات إلى إرضاع الطفل بعض الوقت لكى تلحق بالأتوبيس أو بمواعيد العمل.. فلإنها تعمل أشياء كثيرة فى البيت.. فالطفل ليس إلا واحداً من همومها.. ثم تترك للخادمة أن تتولى رضاعة الطفل من اللبن الصناعي.. وبعض الأطفال يرفض ذلك فدرجة حرارة ثدى الأم مختلف.. وهذا

الاختلاف يقلق الرضيع.. ويجعله يبكى ويصرخ ويصاب  
بتقلصات.. وهذه هي بداية العقد النفسية والأوجاع الجسمية..  
ومجلة (لانسيت) الطبية العالمية تتوجه إلى كل أم بهذه النتائج  
القاطعة لعلها تعيد النظر في سلوكها - هذا إذا كان الطفل له  
أهمية خاصة عند والديه، وإلا فإن هذه المجلة لا تتوجه إلى  
الأمهات بهذا الكلام - ولا أنا!!

## الحياة الزوجية أفضل ..

قرأت إستفتاء لأحد المجلات الفرنسية عن كيفية قضاء وقت الفراغ فى الصيف. وجاء توزيع الوقت على الترتيب التالى: الأكل والتلفزيون والراديو والسباحة والقراءة والمقابلات والعمل الإضافى والنوم ورياضة المشى -عند الرجال.

وعند النساء على الترتيب: الأكل والقراءة والتلفزيون والموسيقى وشغل البيت والعمل الإضافى واللقاءات..

وتدل الإحصائيات أيضا على أن المرأة أكثر إقبالا على الكتب الدينية وأن الرجل يفضل الكتب السياسية والعلمية والمغامرات.

وأن المرأة هى التى تتولى تربية ابنها تربية دينية. وأنه من النادر أن يطلب أب من ابنه أن يذهب للصلاة \_ إنها الأم: تدعوه وتنصحه وتأخذ بيده إلى الصلاة. وهى التى تبرر وتفسر لطفلها

لماذا يعود أبوه متأخرا ولماذا هو يتساند على المقاعد، مع أنه  
ينصحه -أى الطفل- أن لا يفعل ذلك!!

وفى إستفتاء آخر: هل تفضلين أن يكون لك ابن من أب غير  
معروف. أو أب ليس زوجا لك، أو من أب هو زوج لك؟  
قالت معظم الأمهات: صحيح أننى لا يهمنى أن يكون الأب  
موجودا أو غير موجود. فأنا حرة. والمجتمع يقبل ذلك، ولكنى  
لا أحب أن أجنى على ولدى، وافرض عليه حماقتى.. أحب لإبنى  
أن يجد أباه معه. وأن يتأكد من العلاقة السليمة بيننا.. وأن يكون  
ابنى قويا مستقيما سويا، فيكون أقدر على بناء أسرة ومجتمع  
أفضل..

فقد كان من عادة الأمهات غير المتزوجات أن يعلن  
لأطفالهن: ولكن أباك مات فى الحرب بطلا شهيدا!!  
ولم تعد هناك حروب. فلم يبق إلا أن تذكر أياه: ويسأل  
الطفل: وأين أبوه الآن فهو يريد أن يراه..  
وهنا تبتدع الأمهات قصصاً لا أول لها ولا آخر..

خلاصة الإستفتاء: أن المرأة الفرنسية تفضل الحياة الزوجية  
الشريفة الكريمة التي يتولد منها أطفال أصحاء!!!

## الحب والزواج بلا قواعد (١) ..

فى حديث إذاعى سئلت: هل الحب يجرى بعد الزواج أو  
يجىء قبله؟ هل الإنسان يتزوج ثم يحب، أو يحب ثم يتزوج؟  
وأيهما القديم وأيهما الجديد..

الزواج قديم والحب أيضاً. وأفضل أن يكون الحب سابقاً على  
الزواج. أو أن لم يكن الحب، فلا أقل من أن يكون التفاهم  
والإتفاق سابقاً على الحب، لأن التفاهم خطوة إلى الحب..

فالحب معناه: أن الاثنين التقيا وتفاهما ثم اعتادا على ذلك..  
وأصبح كل منهما حريصاً على الآخر فالتفاهم والتعود والحرص  
والرغبة القوية فى أن يكونا معاً فى كيمياء الحب..

وفى مرحلة الحب لا تكون للأشياء والعلاقات حجمها  
ووزنها الطبيعى إنها أكثر بريقاً وأكبر وزناً وحجماً فالحب هو



إتفاق بين شخصين فى ظروف غير عادية، على أن تكون لهما علاقات عادية..

وإذا كان الحب يخفى العيوب فإنه يبالغ فى مزايا كل من الطرفين ويجسء الزواج فيجعل الحياة عادية وتنخفض درجة الحرارة وينطفئ التوهج والبريق. وتستعيد الأشياء والعلاقات أوزانها وأحجامها.. ثم أن الحب الباقي بعد الزواج يخلق التوهج من حين إلى حين، فيصبح الطريق الطويل أقصر، والمشاكل المعقدة أيسر، والمتاعب أهون والتضحية واجبة، وتمضى الحياة..

وقد يلتقى اثنان ويتواجهان ويتحسس أحدهما للآخر بمشاعره وأفكاره بعد الزواج، وقد يكون حب ويكون أعمق، ولكن مثل هذا المجتمع التجارى اعتاد الزبون أن يقلب فى السلعة قبل أن يشتريها، ويقرأ فهرس الكتاب قبل أن يقتنيه، ويسمع عن الأفلام قبل أن يشاهدها، خير له أن يكون الزواج ثمرة للحب.

ومع ذلك فلا توجد قواعد للحب أو حتى للزواج: فهو مثل  
البرق والرعد ومثل ضربة الشمس ومثل إنهيار العمارات وتفجر  
البترول: مفاجأة!!

## الحب والزواج بلا قواعد (٢) ..

تري امرأة جميلة وزوجها قبيح وتري العكس، ولا تنتهي دهشتك ويمكن أن تواتيك مثل هذه العبارة عنده نظراً، وليس عندها ذوق. أو العكس، إنها قصة الغراب واليمامة، أو الغزال والقرد..

ولكنك لا تعرف كيف فعلت الكيمياء بين الاثنين.. فكل العلاقات الإنسانية كيمياء مواد تذوب في سوائل. قصص تتحول إلى ملاحم، ليلاً ونهاراً، أنت لا تعرف ولكن هناك علامات للسلوك الإنساني.

مثلاً الرجل يميل إلى الفتاة المثقفة جداً، ويعجب بها ولكنه يتعد عنها تماماً، إنه يخاف منها أن توجع دماغه أو تتعالى عليه.. وهو يميل إلى المرأة ذات الدم الخفيف. تسليه وتجعله يضحك، ولكنه في نفس الوقت يرى أنها "مهرجة" وأنها ليست

جادة. وأنها سوف تتناول حياتهما معاً. أو حبه لها باستخفاف  
فيبعد عنها أيضاً..

ويحب المرأة التي تخربشه وتوجعه وتجرحه، ويرى في قوتها  
ما يدل على أن أحدا لم يقربها. ويرى أنها سوف تحمي حبهما  
وحياتهما الزوجية، وأنها مدامت هكذا لها أنياب وأظافر فهي  
الفتاة البعيدة المنال.. وإذا فاز بها فقد فاز بفتاة صعبة..

ثم إنه يحب الفتاة التي تجعله يجرى وراءها، إنه يكره المرأة  
السهلة. وقد تكون السهلة أصدق، وتكون الصعبة أكثر تجربة،  
ولكنه يفضل الصعبة التي تقطع نفسه: جريا وسعيا وقصصاً وهدايا  
وإنشغالا ودموعاً وأرقاً..

وإذا كان الرجل يمارس غريزة الصيد فإن المرأة تمارس غريزة  
"الضحية" أي الانتظار والتظاهر بالوقوع في شباكه!!  
ولكنه يتزوج الفتاة التي تعاكسه.. التي تغازله أي تجعله يشعر  
بأنها لا تستطيع أن تقاومه..

وذلك لما فيه من صفات جسمية وإجتماعية وعقلية لا يمكن  
أن تسكت عليها. فهو هكذا مرغوب. لا يقاوم. ويكون هو  
وسيمًا وتكون هي قبيحة...

## الحب والزواج بلا قواعد (٣)

الأفلام التى يظهر فيها الأب يغسل ويكنس ويكوى ويشطف الأطفال ويذهب بهم إلى المدرسة ليست أفلاما فكاهية- حتى لو أضحكنا، وإنما هو واقع جديد.. فالأم تترك الأولاد لزوجها يبلهم ويشرب ميتهم وتذهب هى لعملها.. لقد بلغ عدد الرجال الذين يطلق عليهم اسم (الأب الوحيد) فى بريطانيا نصف مليون.. وفى أمريكا ثلاثة أمثال هذا العدد.. فى العام الماضى أصدرت بريطانيا قانوناً جديداً يعطى الطفل الحق عند الحضانة أن يختار بين أمه وأبيه..

وبعض الأمهات إذا اختارها أولادها، فإنها تسام زوجها السابق وتتنازل له عن الأولاد..

فما الذى أصاب المرأة؟ لا شىء سوى أن مفهوم الأمومة (المقدسة) تغير عندها. هناك أمومة. أى نعم. ولكن من قال إنها

مقدسة؟ إنهم الرجال الذين جعلوها مقدسة حتى يكون الأطفال دائماً من نصيب الأم، مهما كلفها ذلك من تضحيات.. وليس أقل هذه التضحية: عملها ولكن الأم تجد ذاتها في عملها وفي حمل أعباء جديدة، وأن تجد متعة المكافأة على ذلك.. وهي تفضل أن تكون موظفة طافحة الدم، على أن تكون ست بيت فهي لا تريد أن تكون ضحية فكرة أطلقها الرجل، فوقعت هي في مصيدها..

وبعض الأمهات يرين أن بقاء الأطفال مع الأب أنفع لهم، فهم في حاجة إلى تربية وإلى قوة وإلى صرامة. وربما كانت البنت هي وحدها التي في حاجة إلى أمها.. ففي هموم الفتاة من المشاكل والمخاوف ما لا يستطيع الأب أن يحلها.. الأم هي الأقدر على إقناع البنت وعلى تزويدها بالثقة في النفس..

وإذا كان الزواج جريمة، فالأطفال هم العقوبة!! عقوبة الأبوين معاً..

ولكن المرأة ترى أنها عقوبة يستحقها الأب وحده، ولذلك  
فإنها ترهب بجلدها من إكمال مهمتها (المقدسة) فى تربية  
الأطفال..

إن قيماً جديدة وعلاقات مختلفة سوف تظهر فى الأجيال  
القادمة التى يقوم فيها الأب بدور الأم والأب معاً..



## الحب والزواج بلا قواعد (٤)

يتشابه الأزواج فى ملامح الوجه بعد عشرين عاماً أو ثلاثين من الزواج ولذلك تفسيرات كثيرة.  
من بينها هرمونات الزوج التى تغير ملامح الزوجة وتجعلها مشابهة للرجل..

ومن بينها أن الظروف الواحدة والأحداث الواحدة وردود الفعل الواحدة تخلق ملامح متشابهة فى النهاية. ويمكنك أن تلاحظ ذلك عندما تلتقى بأحد الزوجين وتسأله فى موضوع ثم تسأل الزوج الآخر. وتندهش بعد ذلك فقد تلقيت نفس الإجابة ونفس الكلمات.. وربما نفس الحركات. ويخيل إليك أنهما متشابهان من البداية ولذلك تزوجا. والحقيقة غير ذلك. إنهما لم يتشابها فى الفعل ورد الفعل إلا بعد سنوات طويلة من العشرة الكاملة!!

وكثيرا ما يتشابه الزوجان لدرجة تجعلك تتصور أنهما أقارب.. أو يتصور الذى لا يعرفهما إنهما أخوان!!  
هذا يحدث بين الأزواج شديدى التفاهم. أما الأزواج الذين لا تفاهم بينهم. فلا تشابه فى ملامح الوجه..

وقد أجرى العلماء الأمريكان والألمان تجارب على الزيجات الطويلة.. وأعطوا لعدد من الناس صوراً لهؤلاء الأزواج فكان من السهل إنتقاء الصور المتشابهة بينما وجدوا صعوبة فى إختيار صور الأزواج حديثوا الزواج.. أو أنهم تزوجوا طويلا ولم بينهم توافق فى كثير من ردود الفعل. لقد كانت حياتهم الزوجية طويلة، ولكن تعايشهم قصير. وتوافقهم قليل..

وهناك رأى بأن الأطعمة الواحدة تؤدي إلى نفس النتيجة.. وكذلك الأفكار الواحدة والتعصب الدينى أو السياسى أو الرياضى إذا كان منتظماً مستمراً، فإنه يؤدي إلى نفس النتيجة. ولذلك تجد الناس فى الملاعب يقولون: أننى لا أستطيع أن أفرق بين الأهلاوى والزملكاوى. مثلاً الأهلاوى هادىء لأنه ضامن

النتيجة دائماً. أما الزملاوى فعصبى لأنه يكره الظلم ولكنه يعلم  
أن نادية سنوف يكسب فى النهاية. مثلاً..  
وفى بعض الأحيان تكون الملاحظات صحيحة..  
ولكن عندما نظرت إلى وجهى فى المرأة لاحظت أنه يشبهنى  
تماماً - مع إننى لا أعيش هذا الوجه وصاحبه إلا قليلاً جداً!!

## أى شىء لذيذ ..

الآباء والأمهات سعداء بأن أطفالهم مشغولون جداً بالدراسة  
فالمدرسة تهد حيل الطفل لعباً ومذاكرة حتى إذا جاء موعد نومه  
كان قطعة من الفراش لا حس ولا حركة!!  
ولكن الآباء والأمهات أيضاً يشفقون على أولادهم من كثرة  
الكتب والمذاكرة والواجبات والإرهاق والإمتناع عن الطعام..  
ويتساءلون وما قيمة هذه المعلومات التى تحشرها المدرسة فى  
الرؤوس الصغيرة.. ولماذا لا يختصرون المناهج، ولماذا لا  
يرحمون الصغار ولماذا لا تكون الكتب ألطف وأجمل وأسهل  
لماذا.. وألف لماذا.. وكلها إستنكار للمدرسين والمؤلفين  
وسياسة الدولة التعليمية!!

وقد تنوعت أساليب التدريس وأشكال وألوان وأحجام الكتب حتى صارت الكتب لعباً يحركها الطفل. فكان اللعب علماً. والعمل لعباً..

وكلها حيل يلجأ إليها علماء التربية لينجعلوا المعلومات تصل إلى الطفل في لذة.. فيحب الكتب التي هي علم، والعلم الذي هو نوع من اللعب..

وفي بريطانيا أجرى إستفتاء شامل بين نزار ٦٣٦ مدرسة. وكان موضوع الإستفتاء هو: هل المقررات الطويلة قضت على حب القراءة عند الطفل؟ هل لو كانت المقررات أقل وأخف لآتجه الطفل إلى القراءة الحرة والتفكير المستقل؟؟

إن ٧٠٪ من نزار المدارس قالوا: إن إنقاص المقررات لا يؤدي حتماً إلى أن يتجه الطفل إلى قراءة قصص وحكايات وتاريخ المغامرات..

وإنما سوف يندفع مباشرة إلى اللعب أو التلفزيون.. و ٣٠٪ من النظار قالوا: إن الطفل لا يستطيع أن يقاوم القراءة الحرة أو محاولة الرسم أو الكتابة أو زيارة المتاحف..

فالمعلومات كثيرة والوقت قليل ولا خوف على عقل الطفل  
من زحام المعلومات وضغطها، فعقله قادر على الهضم  
والإستيعاب والإلتقاء وهو يلعب!!

وسؤال آخر: ما هى القراءة الممتعة للطفل؟ وكان الجواب أن.  
القراءة الممتعة مثل السندوتشات التى يشتريها.. إنها أى شىء  
يؤديه بلذة التمرد على كل ما هو مقرر من الكتب والطعام!!

## لمن هب ودب ..

أقولها مرة أخرى: عدد الجامعات في مصر، أكثر من عددها في دول أوروبية كثيرة مع أن نسبة الأمية في مصر حوالي ٦٠٪ من عدد السكان..

والجامعات المصرية مفتوحة على الآخر لكل من هب ودب.. وبذلك نكون قد فسرنا حرية التعليم تفسيراً خاطئاً.. صحيح من حق أى إنسان أن يتعلم، تماماً كما أن من حقه أن يكون رئيساً للجمهورية.. ولكن هناك شروط. أول هذه الشروط أن يكون متفوقاً..

وثانياً: أن تكون الدولة في حاجة إليه، والذي لا يستطيع أن يدخل الجامعة، يتحول إلى المدارس الفنية المتوسطة.

ثالثاً: أنه نتيجة لهذا التوسع الأفقى للتعليم الجامعى، أصبحت عندنا كليات بلا أقسام وأقسام بلا أساتذة وخريجون بلا عمل!!

رابعاً: أن عدد الخريجين من الكليات النظرية أضعاف خريجي الكليات العملية..

ومن المضحك والطبيعي أيضاً أن تجد قسماً للأعلام في إحدى الجامعات الإقليمية. من مئات الطلبة وليس هناك مدرس واحد - هل معيد يتيم؟!!

وأمام مئات الألوف من الطلبة، لا أحد يستطيع أن يعلم من أحد.. لا لغة ولا فنا ولا علماً، ولذلك خرج الطلبة كما دخلوا، أقل علماً وتجربة وأكثر سخطاً على الجامعة التي طردتهم، وعلى المجتمع الذي لا يجد لهم عملاً! فكأننا نعلم المواطنين كيف يكرهون بلادهم وحياتهم من أجلها..

ومن هنا يجب أن يبدأ الإصلاح: إصلاح التعليم الجامعي الذي يتوسع أفقياً فيجعل لكل محافظة جامعة، تماماً كما يكون لها ملعب كرة قدم ومجلس مدينة وكأن الشهادة الجامعية، هي كل ما ينقص مصر. إن مصر تبدد أموالها عندما تستصلح أرضاً زراعية يقوم الناس بتجريفها، وتبدد أموالها مرة أخرى عندما تعلم



مئات الألوف فيتخرجون كالأرض النخبثة التي تنظر البذور، فلا  
هي أرض زراعية، ولا هي أرض بور!!

## الإبن أهم !!

خبر صغير نشرته صحيفة "مايو" في صفحتها الأولى يقول: إن  
مستر فاو لر وزير العمل البريطاني وهو من ألمع الوزراء واحبهم  
إلى قلب المرأة الحديدية مسز قاتشر، قد استقال من منصبه،  
ليتفرغ لتربية طفليته!!

وإذا أنت عدت إلى قراءة هذه السطور السابقة مرة أخرى،  
فإنك لا تصدق ما تراه عيناك.. وزير بريطاني ناجح جداً للسنوات  
العشرة الماضية. وفي هذه الأثناء ولدت له طفلتان. وقد صارع  
زملاءه بأنه لن يغفر لنفسه أبداً أن تنمو ابنتاه وكأنه ميت.. أو  
كأنهما يتيمتان بلا أب ولا أم.. ولا بد أن يتحول حبه الشديد  
لهما إلى عناية أكبر وحنان حقيقى..

وقال أيضاً: إنه ليس إنجازاً عظيماً أن يكون الإنسان وزيراً  
ناجحاً وأباً فاشلاً.. أو أباً نصف ناجح.

وإذا انحرفت ابتناه أن يقول: إنها أقل تضحية من أجل الوطن.  
إننى لا أستطيع أن أمضى فى الكذب على نفسى وخيانة هاتين  
الطفلتين.

فقرر الاستقالة من منصبه كوزير للعمل واكتفى أن يظل عضوا  
فى مجلس العموم. ويوم قدم إستقالته لرئيسة الوزراء. كانت  
تعرف أسباب الاستقالة وعندما زاره زملاءه فى البيت فوجئ  
الزملاء بأنه يزحف على يديه ورجليه فى البيت وإن ابتيه يركبان  
ويصرخان: بابا حصان.. بابا حصان!!

ولم يكن الوزير فى حاجة إلى أن يفسر لضيوفه هذا الذى  
يرونه فهم آباء مثله، ولكنهم أقل شجاعة وأقل استعداداً  
للتضحية..

وفى اليوم التالى ذهب الوزير إلى المدرسة ليعرف جميع  
المدرسات ومديرة المدرسة، وسأل إن كانت لطفليه أية مشكلة  
من أى نوع وإن كانت المدرسة فى حاجة إلى مساعدة خاصة..  
أما زوجة الوزير فبقيت فى عملها أمينة لمكتبة مجلس العموم.  
طلبت أن تتفرغ لتربية الأولاد. ولكنه أصر على أن يتقاسم الاثنان

هذا الواجب النبيل - إنه أول وزير فى التاريخ استقال من أجل أن  
يكون أباً مثالياً!!

## المرور : أدب !!

هناك فرق كبير بين وضع علامات المرور على الأرض أو على الرصيف أو إقامة علامات ملونة.. وبين آداب المرور..  
أى هناك فرق بين تنظيم المرور وبين آداب المرور..  
وهذا ما تلاحظه كل يوم فى الشارع.. فالسائق الذى إلى جوارك يكسر عليك.. والذى وراءك لا يكف عن إطلاق أصوات التنبيه.. والذى يريد أن يسبقك بلا مبرر.. والذى يتلوى أمامك دون أن يصيبك بسوء.. كل هؤلاء يطبقون مبادئ المرور، ولكن ليس عندهم ذوق ولا أدب.. ولا بد أنهم فى حياتهم الخاصة والعامة كذلك..

ولذلك كانت هناك شعارات: بأن القيادة ذوق.. فلو حاولت أن تعرف ماذا حدث بالضبط فى مصر فى نظم التعليم.. إنه لا يختلف كثيراً عن نظام المرور وأدب المرور. فنحن ننظم التعليم

ولكن لا ننظم التربية، فعندنا تعليم وليس عندنا تربية. وما دما قد اخترنا التعليم للجميع. فلا بد من الزحام ولا بد من إتساع الهوة بين المدرس والتلميذ.. بين الأستاذ والطالب.. أو بين العلم والتطبيق - وهذا واضح فى الكليات حول تشريح راس حمار أو جمجمة إنسان غلبان. أكثر الطلبة لا يسمعون ولا يرون والذين يرون لا يفهمون.. والنتيجة: لا علم عند أحد.. والزحام يخلق الضغط.. والضغط يخلق العنف والعنف يخلق التمرد والرغبة فى الهرب والهجرة..

بإختصار إذا كان التعليم فى المدرسة فالتربية فى البيت طبعاً  
الوضع النموذجى هو أن يكون التعليم والتربية فى المدرسة!!  
وفى الدنيا الشيوعية سابقا والرأسمالية حالياً، لا يوجد هذا التكدس فى الجامعات، فليس هذا التكدس فى الجامعات، فليس من حق أى إنسان أن يدخل الجامعة إلا إذا كان متفوقا. فالأغلبية المتفوقة فى الدنيا كلها هى التى يجب أن تنفق عليها الدولة.. أما هذا الذى عندنا فى مصر فلا هو تعلم ولا هو تربية..

ولذلك فالجامعات هي طواحين الأمية.. ومصنع أنصاف  
المثقفين ومعظم الفاشلين!! والساخطين على إرتباك التعليم  
وإنعدام التربية في مصر.

## الدروس الخصوصية : علاوة! (١)

لا يصح أن يقول أحد أنا ضد الدروس الخصوصية فى المدراس أو فى الجامعات لأن الطالب فى أى موقع غير قادر على أن يحصل شيئاً من العلم. الفصول أتوبيسات، الواقفون فيها أكثر من الجالسين. والمدرسون كمسارية ليس لهم فى إمكانهم أن يلاحقوا التلاميذ.. والجامعات أيضاً: قاعاتها تضم الألوف والمعامل لا تكفى، وقاعات التشريح لا تفى، وكثير من طلبة الطب لم يروا جثة بشرية فى "مشرحة الكلية".. وإنما رأوها فى بيوتهم عندما يجرى إليهم الأستاذ ويشرح ما فاتهم فى الكلية.. ويخرج من حقيته العظام والجماجم البشرية..

فالمدرس لا يستطيع أن يكون مدرساً، ولا أن يكون صديقاً أو مرشداً أو أباً. أى أن المدرسة أو الكلية، لم تعد مكاناً للعلم.



وإنما مكان للتجمع. ومظاهرة يومية للضييق بالدراسة والقرف من المستقبل واليأس من العلاج..

ثم إن المدرس نفسه من هو؟ وما مرتبه؟ كيف يكون زوجاً وأباً.. بل كيف يكون مثقفاً باحثاً؟ من أين يشتري الكتب؟ وإذا وجد المال فأين هو الوقت، وإذا وجد الوقت لتلامذته؟ فكيف حال زوجته وأولاده؟ ثم ما معنى أن ينفق أمواله القليلة على الكتب الكثيرة؟ لا شيء يساوى هذا العناء. إذن يجب أن يشق طريقه إلى جيوب الطلبة..

إن الدروس الخصوصية هي مناسبة لتعديل مرتب المدرس.. إن ما يتقاضاه عن الدروس الخصوصية، هو ما يستحقه من الدولة.. ولكنه يفضل أن يقبضه بالعرق والمرض من أولياء الأمور..

فالدروس الخصوصية ليست المشكلة، وإنما هي محاولة لحل كثير من المشاكل، ولا أحد يستطيع أن يوقفها. الدولة لا تستطيع.. وأولياء الأمور لا يريدون. والمدرس لا يسعى إلى الطلبة، وإنما هم الذين يلاحقونه -لقد سمعت أخيراً أن المدرسين "محجوزون" الآن حتى نهاية العام؟

والشيء الوحيد المؤكد هو: هبوط مستوى المعلمين  
والمتعلمين!!

## الدروس الخصوصية: علاوة! (٢)

المدرسون المصريون فى الخارج فى حاجة إلى عناية أكثر وفى حاجة إلى أن تربطهم بمصر، وإلى أن يخضعوا لمعاهدات ثقافية نرفع قدرتهم فى عيون الشعوب الشقيقة التى يعملون بها ومما يعذب المدرس المصرى تلك المقارنات المستمرة بينه وبين زملائه من أبناء البلد الذى يعمل فيه وبين مواطنيه المصريين الذين يعملون فى بلاد أخرى.. وهو عندما يقوم بهذه المقارنات لا يدرك بوضوح ظروف كل شعب، إنه ينسى ذلك ولا يذكر إلا أنه كان مظلوماً وخرج ينشد العدل، فأصابه ظلم جديد - منتهى المبالغة فى تشخيص حالته المادية والاجتماعية.

فقد تلقيت رسالة من السيد راجح (مدرس أول بمديرية التربية والتعليم بالشرقية). يصف فيها حال المدرس المصرى، أنه لا يجد السكن بسهولة فى الخرطوم، فإذا وجدت السكن فإن الدولة هى

التي تقدر قيمة الإيجار، وهذا التقدير لا يلزم صاحب البيت، وكثيراً ما كان التقدير الحكومي دون تقدير صاحب البيت، والدولة تدفع نصيبها من الإيجار بحد أقصى ١٤ جنيهاً، وهو قليل جداً - كما يقول.

ويرى أن هناك تفاوتاً في مرتبات المدرسين، فمرتب مدرس اللغة الفرنسية والتربية الرياضية والموسيقى مختلف عن مرتب مدرس المواد الأخرى، ومرتب المدرس السوداني مختلف عن مرتب المدرس المصري، والمدرس الأجنيبي أحسن حالاً من الاثنين، فلماذا لا يعتبرون المدرس المصري أجنياً؟

وهناك مشاكل أو ملاحظات أخرى يرويها أيضاً، والمعنى واحد: أن المدرس المصري، رغم مزاياه، لا يلقي نفس التقدير الذي يستحقه، ولذلك فالمدرس المصري دائم الشكوى، أو كثير الشكوى..

وقد تلقيت رسالة أخرى من الكويت وثالثة من السعودية ورابعة من أبو ظبي وهي ذات خط واحد: أننا نريد أن نكون على صلة ببلادنا، ونريد أن نعرف كل ما يصدر خاصة بالإعارة وعن

الإعارة وإلغائها، لأن هذا يقتضى المدرس أن يؤهل نفسه لذلك،  
فلديه منقولات ولديه أطفال ولديه أموال، ولا بد من أن يتخذ  
قراراته فى ذلك بسرعة حتى لا يرتبك، ثم أن المعنى الذى يتكرر  
فى كل الرسائل هو أن السفارة المصرية بعيدة عن العين وعن  
الأذن وعن اليد، وأن أحدا لا يفهم فيها شيئا، ثم إنها لا تستطيع  
لأحد أى شىء.. الخ..

وقد ردت الحكومة على هذه الشكاوى جميعاً بأن قررت  
تعيين ملحقين تربويين لخدمة المدرسين، وليكون هذا الملحق هو  
الذى يتولى شكاواهم وقضاياهم.. ويكون فى نفس الوقت هو  
ذلك "العبود المعدنى" الذى يوضع فى مقدمة الطائرات وفى  
أعلى البيوت لحمايتها من الصواعق.. من السنة المدرسين!!

## الدروس الخصوصية: علاوة! (٣)

مرة رابعة عن إنشغال أمريكا أكبر وأغنى وأعظم دولة في العالم، بمستقبل أجيالها -أى بالتربية والتعليم- فقد بدأت بعض المدارس فوراً بملء النواقص في برامجها، فأدخلت الكمبيوتر في المدارس الابتدائية، فليس أحد من الناس لا يملك ساعة بها حاسب إلكترونى. ولا عداد. ولا تليفون ولا تليفزيون.. ولا ويجد مكان يدخله الطفل ليشتري أو ليلعب ليس به حاسب إلكترونى. وأدخلت المدارس أيضاً تعلم الكتابة على الآلة أيضاً، وأدخلت إصلاح الأدوات الكهربائية فى البيت وفى السيارة..

وضاعفت المدارس فى السنة الماضية عدد حصص اللغة الإنجليزية. وأدخلت نظام طابور الصباح يتحدث فيها المدرس أو ناظر المدرسة فى أية قضية عامة -اشتربت أن تكون الوقفة

عسكرية- أى أن يكون التلاميذ فى طابور فى إنضباط. وفى صمت، وأن تتوزع عليهم مسئوليات النظافة العامة فى المدرسة، وشكاوى التلاميذ والمدرسين وجميع الموظفين بالمدرسة والعمل على إبلاغها أو حلها..

أما بعض الجامعات الأمريكية - وكلها أهلية تنفق عليها الشركات مع بعض الإعانات الحكومية ومعاهد الأبحاث- فقد أعادت النظر فى برامج التعليم. أفسحت المجال كاملاً أمام النابهين من الباحثين ورصدت لهم مالا مضاعفاً. ووضعت فى خططها للمستقبل ميزانيات لمتابعة الأبحاث وعدلت أجور ومرتببات جميع العاملين.

ووفرت طبع الكتب والأبحاث ليتداولها الجميع. وأعدت هيئة للترجمة من اللغات الأخرى.

وتقول التحاليل لهذه التعديلات الهامة أن آمالاً واسعة يمكن أن تتحقق فى سنوات معدودة.

فإن كان أحداً جاداً في تعديل التربية وإصلاح التعليم فلا بد أن  
يبدأ أو أن يبدأ فوراً وإن نستشعر الهم والآسى لنكون جادين في  
كل ذلك!!



## الدروس الخصوصية: علاوة! (٤)

تكهرب الجو في العالم كله عندما أطلقت روسيا أو قمر حول الأرض وأول كلبة وأول إنسان في الخمسينيات وأحست أمريكا رغم إمكانياتها الجبارة وحرّياتها المطلقة، أن الديمقراطية قد تخلفت عن الشيوعية.. وانطلقت أمريكا إلى الفضاء ثم إلى الكواكب الأخرى وسبقت روسيا، ولكن فجرت مشكلتهما العملية والتعليمية والاجتماعية. كيف سبقتها روسيا؟

لا بد أن هناك خطأ في التعليم.. ثم نظرت أمريكا إلى اليابان فوجدتها غمرت كل الأسواق بكل صناعاتها القائمة على نظريات أمريكية.. ثم فوجئت أمريكا بأن ألمانيا قد تحقق فيها كل شيء: النظرية والتطبيق والتفوق والرفاهية!!

وعكف العلماء في أمريكا وبريطانيا واليابان على مراجعة برامج التعليم كلها.. وانهقدت لجنة أمريكية بصفة مستمرة حتى

نهاية هذا القرن. إذن البداية هي التعليم.. والإصلاح يبدأ بالمدرس نفسه!

وفي البيان الذى ألقاه الرئيس حسنى مبارك على مجلسى الشعب والشورى وفى رد مجلس الشورى عليه تأكدت خطورة الأزمة التى يمر بها التعليم فى مصر وأثر ذلك على المدرسة والتلميذ..

وفى رد مجلس الشورى على بيان الرئيس مبارك تأكد أن المعلم هو الأساس.. "ولم تيسر أمامه السبل فى غمار الإمكانيات الإقتصادية المحدودة. فلم ينل القدر الكافى من الإعداد الجيد والتدريب المستمر، كما قصرت هذه الإمكانيات عن الوفاء بما يشجعه من رعاية إجتماعية وتقدير مادي. وقد انعكس كل ذلك على مستوى الأداء".

وقد دعا الرئيس مبارك فى بيانه إلى التعاون مع وزارة التربية والتعليم للنهوض بالتعليم فى مصر.. وقد استجابت لجنة الخدمات بإعداد دراسة شاملة عن مشاكله وحالته الراهنة ومستقبله وتطويره وتحديثه - ولجنة الخدمات ورئيسها د.

محمود محفوظ، هي أنشط لجان مجلس الشورى وصاحبة  
أشمل وأعمق التقارير التي نشرت ولم تطبع طباعة جيدة، وليست  
هي في متناول الباحثين والمثقفين؟!

ولا تزال (التربية) أخطر من التعليم نفسه.. فما أكثر المتعلمين  
والباحثين والعلماء وما أقل التمسك بالقيم الأخلاقية.. وما أقل  
الشعور بالواجب.. فالواجب هو الهدف الأسمى.. فقبل أن  
ننهض بالعلم، يجب أن نوقظ الضمير -وهي مهمة البيت  
والشارع والمدرسة والمكتب!!

## الدروس الخصوصية: علاوة! (٥)

على باشا مبارك هو على بن مبارك بن مبارك بن سليمان بن إبراهيم الروجى، وقد عرفت الأسرة التنقل من قرية إلى قرية وعرف أبوه بالتنقل من مسجد إلى مسجد إماماً وخطيباً وقاضياً.. وكانت الأسرة تحتكر هذه الحرفة وحرفة الموازين والمكايل.. وكانت الضرائب قد كسرت ظهورهم. فباع الأب أرضه وبيته - ولم يكن على مبارك إلا ابن الوحيد فى هذه الأسرة وإنما له سبع بنات شقيقات وأخوة غير أشقاء كثيرون..

وتعذب على مبارك بانتقاله من كتاب - بتشديد التاء - إلى كتاب. ومشايخ الكتائب يسقطون من ماء واحد، اللسان طويل والعصا أطول. والطفل لا يريد هذا النوع من التعليم. ولكن هذه هى الحرفة التى احتكرتها الأسرة، أما أن يكون مهندساً أو طبيباً، فليس هذا مستقبله.

أما تلك الحوارات التى دارت بين الأب والطفل، فأعرفها تماماً.. والرفض أن يكون أزهرياً فأعرفها ولا أنساها أبداً.. فأمى لا تريدنى أن أكون -مثل كثير من أقاربها- شيخاً فى الأزهر أو شيخاً من الأزهر!!

وبدأت نهضة مصر وصاحب الفضل الأول فى ذلك هو محمد على باشا الكبير الذى كان يؤمن بالتعليم وهو رجل أمى. ويؤمن بالارتباط بالحضارة الغربية، وإنه لا أمل فى أن تكون مصر دولة متطورة إلا إذا تعلم أبناؤها. وقد أوفد البعثات إلى فرنسا. فى البعثة الأولى ١٨٢٦ كان رفاعة الطهطاوى.. ولم يكن مطلوباً أن يتعلم رفاعة الطهطاوى لقد ذهب إماماً لطلبة البعثات.. فكان هو الذى تعلم وتفوق وجاء يعلم مصر.. وفى البعثة الثانية كان على باشا مبارك فى سنة ١٨٤٤..

وكان فى البعثة اثنان من أولاد محمد على هما: حسين وحليم واثنان من أحفاده هما أحمد وإسماعيل -الخديو إسماعيل بعد ذلك- كانوا يسمون البعثة (بعثة الأنجال).

وكان على باشا مبارك أكثرهم نباهة وعلماً وإستيعاباً للحضارة  
الفرنسية فى الحرب والقتال والزراعة والهندسة.. وكان يبعث  
بنصف راتبه إلى إخوته - ١٢٥ قرشا كل شهرا!!

## الذروس الخصوصية: علاوة! (٦)

لم يترك الريف فقط أثرا عميقا على عادات وتقاليد على باشا مبارك وسلوكياته ولكن الأثر الذي لم تفلح الأيام في محوه أبدا كان في أعماقه..

فهو فقير بن فقير.. وقد تحدد مستقبله منذ ولادته ويجب ألا يخرج عنه.. تماماً كأنه سمكة في ماء.. أو قطار على شريط.. وفي نفس الوقت ولد التمرد في أعماقه على كل ذلك.. على والده في أدب، وعلى مشايخ الكتاتيب في عناد، وعلى القسوة في العسكرية وعلى الشعور الذي يتأكد كل يوم من أنه فلاح ابن شيخ ابن شيخ ويجب أن يبقى كذلك حتى الموت.. دخل الجهادية وهرب، ودخل المهندسخانة وخرج متفوقاً، وهو يريد طول الوقت أن ينفذ بجلده.. وأن تنفذ مصر كلها وراءه..

وكان يحلم بأن يكون مدرسا لشعب مصر وأن ينقل إليهم كل ما رأى وسمع وتعلم..

وكتب مذكراته.. وكتب وصف مدن وقرى مصر.. وكان أول وآخر مصرى يفعل ذلك فى كتابه (الخطط).. وقد أيقن دائما أن البداية دائما هى المدرسة.. ولا أمل فى إنقاذ مصر من ظلمها وظلامها إلا بالتعليم.. بتحرير الرجل من الجهل وتحرير المرأة من قيود الرجل.. وكان رجلا متدينا، ولكن الدين ليس ضد التعليم بل إنه يدعوا إلى العلم والتأمل.. والمؤمن المتعلم أفضل من المؤمن الجاهل. بل إن الجهل هو الشر وهو الفقر وهو الإنحطاط.. وهو لا ينسى ما حدث له فى كتاتيب الريف.

ولا ينسى أيضا أن محمد على باشا عندما علم أنه هناك تفرقة صارخة بين طلاب البعثات فى باريس فى الأكل والشرب واللبس بين طلبة الأمراء وأولاد البكوات وأولاد الفلاحين.. قرر إلغاء الإمتيازات والتفرقة من أى نوع بين جميع الطلبة من كل طبقة.. فهذه المساواة هى بداية الحرية.



ويوم رأى كاتباً حبشياً أسود فى أحد مراكز البوليس يفضلوته  
على المصريين، اندهش، فقد كان يؤمن بآن هذه المراكز للبيض  
من الأتراك والمماليك. ولم يسترح حتى عرف. وكانت نقطة  
تحول فى حياته. هذا الرجل الحبشى أسمه عنبر أفندى.  
وهو فى هذا المكان الرفيع لأنه متعلم.. فقط متعلم فلا تفوق  
إلا عن طريق التعليم. والمتعلم حر فى أن يشغل أى عمل.. أما  
الجهلاء فهم مربوطون بالأرض.. وعرف على مبارك سر الحياة  
والتعلم: إنه العلم.. فى القاهرة أو فى باريس، وهى حقيقة بسيطة  
جدا ولكن دفع ثمنها غالياً - حتى الموت!!

## الدروس الخصوصية: علاوة! (٧)

مرة ثالثة إن كنا جادين فى إصلاح التربية والتعليم فى مصر. فإن الهيئات العلمية والتربوية فى أمريكا مشغولة فى صناعة وفبركة المواطن الصالح . وعلى الرغم من كثرة الاجتهادات فإن هناك إتفاقاً كاملاً على عدد من القضايا: تفاهة الطالب وضعف مستوى المدرس وجمود البرامج، ونقص المواد الحديثة، وضعف مستوى اللغة الإنجليزية. عندهم - والعربية عندنا أيضاً.

وهناك رأى يقول بأن نبدأ بالمدرس فقد انشغلوا بالتلميذ والأب والأم ورئيس الجمهورية وشركات الإعلانات وإستفتاء التليفزيون. للناس. عن الرجل الحقيقى المسئول عن كل شىء. إنه المدرس. فالمدرس قد كان هو الآخر تلميذاً.. هذا المدرس ضعيف المستوى ولا شىء يشجعه على أن يكون أفضل. فمرتبته صغير، والحياة غالية.

والطلبة أنفسهم لا يشجعون على أن يقدم لهم جديداً، ثم إن  
أحداً من الهيئات لا تطلب من المدرس أن يعطف على الدراسات  
العليا.

فالدراسات العليا لا يقبل عليها الكثيرون. فالدولة لا تنفق  
الكثير على المعامل والأبحاث كما تفعل ألمانيا وبريطانيا واليابان  
وفرنسا..

ولا تزال ألمانيا هي كعبة العلماء والعباقرة ولا تزال اليابان هي  
أعظم منجماً سرى لكل المواهب الفذة في العلوم والفنون..  
وعلماء اليابان خمسة أمثال علماء أمريكا، وضعف علماء  
ألمانيا.

وتطور الأدوات والأجهزة في اليابان لا تستطيع أن تجاريه أى  
دولة في العالم..

سئل أحد المدرسين تفسيراً فقال: لا شيء.. إن الطلبة لا  
يسمعون ما أقول، والجامعة لا تقرأ ما أكتب، والحكومة غارقة  
في مشاكل الدنيا كلها، إلا مشاكلها!!

وفى الانتخابات الأمريكية رشح أحد المدرسين نفسه وأمسك  
عصا فى يده وقال: إن كان أحداً جاداً فى إصلاح هذه البلاد فلا  
بد من العصا.

وانصرف الناس. وكان هو على حق بشرط أن تكون هذه  
العصا فى يد المدرس وليس الطالب!!

## فى البيت مستقبـل الأجيال

إذا كنا جادين حقاً فى إصلاح التربية والتعليم فى مصر، وأعتقد أن بعضنا جاد، فلتتابع ما تنشره المجلات الأمريكية عن ضرورة ذلك، فمنذ أن أصدر الرئيس الأمريكى ريجان التقرير الذى عنوانه "أمة فى خطر" لم تتوقف المجلات والهيئات عن مراجعة ومناقشة ذلك التقرير والإضافة إليه.

وقد قرأت إستفتاء بين أولياء الأمور عن الذى ينشدونه إصلاحاً لتعليم أولادهم وتربيتهم فى المدرسة والجامعة..

الآباء يطالبون المدارس بأن تعلم أولادهم القراءة والكتابة. فقد اكتشف الآباء أن أولادهم لا يعرفون اللغة الإنجليزية ولا يحسنونها قراءة وكتابة!!

وشكا الآباء من أن أولادهم لا يقرأون شيئاً آخر غير المواد المقررة. حتى هذه المواد يقرأونها بقرف.

ولاحظ خبراء التربية أن شيئاً مفزعاً قد طرأ على المجتمع الأمريكي بعد حرب فيتنام التي شارك فيها الأمريكيان بمئات الألوف وهرب من خدمتها العسكرية ألوف الشبان، وهذه الحرب قد جعلت أمريكا تقف أمام حرب ضد فيتنام وحرب ضد الشباب الأمريكي الذي تمرد على سلطة الدولة وسلطة المدرسة والكنيسة والأبوين.. فهناك -إذن- سنخط عام..

أما أخطر ما أسفر عنه آخر إستقراء للرأى العام فى أمريكا اشترك فيه نصف مليون أب وأم فهو أن شيئاً واحداً يهدد التربية والتعليم فى أمريكا هو: إنعدام الضبط والربط فى المدرسة والجامعة. أى لا احترام للقواعد والأصول والقانون. أى لا احترام لمن هو أكبر..

أما المدرسون فقالوا: إن هذا يرجع إلى البيت. والآباء قالوا: بل إلى الكنيسة ورجال الدين قالوا: بل هى المدرسة! ولكن أغلب الأصوات تقول: بل إلى البيت، والأبناء يتساءلون: فعلاً يرجع إلى البيت الذى لم نعد نجد فيه الأب والأم، إنهما يعملان ولا يلتقيان.

ولذلك عادت كثير من الأمهات إلى البيت ففى البيت يولد  
ويتعلم مستقبل الأجيال..

## مبارك والطهطاوى

فى ذلك الوقت كانت المشاعل وحملة المشاعل يدورون فى مصر ويقلبون أرضها وسماؤها ويشيرون الناس على أنفسهم:  
رفاعة الطهطاوى (١٨٠١-١٨٧٣)، على مبارك (١٨٣٣-١٨٩٣)، والأفغانى (١٨٧٣-١٨٩٧)، ومحمد عبده (١٨٤٩-١٩٠٥)، والكواكبي (١٨٥٤-١٩٠٢)، وقاسم أمين (١٨٦٣-١٩٠٢).

والطهطاوى أمتعنا بما كتبه عن باريس، خصوصاً كتابه البديع "تخليص الإبريز فى تلخيص باريز" ثم إنه كتب تاريخ العالم وترجم القوانين الفرنسية.

وأما على باشا مبارك فقد حرم من الحوار مع أى من أسرته أو مشايخ الكتاب أو المدرسين العسكريين.. فقد كان طفلاً يقلب وجه الأرض بعينه ولا يستطيع أن يرفع رأسه وإلا نزلت عليه



العصا، فجعل أسلوبه فى التعليم هو الحوار. ولذلك كان كتابه (المسامرات) - ١٢٥ مسامرة على شكل حوار. أما بطل هذه المسامرات فاسمه علم الدين.. وتحدث عن كل ما رأى ونقل إلينا كل ما تعلمه وما درسه وناقشه فى أوروبا..

وفى هذه المسامرات التى لم تكتمل، يتحدث عن الأرض والسماء والماء والزراعة والصناعة وعن طبائع المصريين والأوروبيين. وفى هذه المحاورات يظهر لنا على مبارك باشا على حقيقته.. فهو فلاح تعلم ويريد أن يتعلم كل الفقراء والفلاحين وأن ينقلهم من ظلام الفقر والقهر إلى نور المدينة والمدنية، وفى أعماق على باشا مبارك أنه هو الذى يستطيع أن يفعل ذلك.. وفى نفس الوقت يجب أن يتيح الفرص لكل الناس..

وقد أدى به التفوق والحماس والصدق إلى أن يتعرض لكثير من المكائد. مكائد الحاقدين على عمله وعمله.. وأن يوقعوا بينه وبين الخديو.. بل إنهم اتهموه بأنه هو الذى شجع الخديو على هدم ما بناه رفاعة الطهطاوى.. لقد أعطوه قدرة فائقة على التسلط على السلطان، خصماً من مبادئه الأخلاقية!!

فلا كانت له هذه القدرة، ولا كان السلطان ضعيفاً بهذه الصورة. ولكن الذين أرادوا أن يجعلوا جريمته كبيرة فادحة أعطوه ما سلبوه من الخديو ليلبدو أمام التاريخ هو ا لمجرم الأول منتهى الظلم. وطبيعى جداً أن يلقي الرواد مثل هذه العقوبة!!  
وأعرض لك نوعان من المسامرات بينه وبين زوجته. قال لها يصف جمال الريف وأهل الريف، وفي كلامه بعض السجع الذى لا يحبه، ولكن الذى أعاد كتابة المسامرات قد أدخله من عندياته:

قال لها: لو علمت حال أهل الأرياف وما هم عليه من الظلم والإجحاف، لما رغبت فيه ولا رضيت به، فإنهم لا يرحمون فقيراً، ولا يوقرون كبيراً، ولا يفهمون فتيلاً، ولا يهتدون بديلاً.. فقهاؤهم دائماً تحت رأيهم وأمرهم، وإن وصلا إليهم شىء من الدنيا فإنما يكون بالإلحاح وإراقة ماء الحياء، فهل يرضى بهذه الحالة والإقامة مع أهل الجهالة من كان ذا فضل وعفة؟ فإن إراقة ماء الوجه لا يرضى بها إلا جاهل وكيف أعلم ومع ذلك أقع

فيه؟! وكل ما اكتسبته منهم لا يقوم مقام بعض ما يضيع بالإقامة معهم، لأن العلم يزيد بالممارسة ، وينقص بعدمها.

فمع من تكون الممارسة هناك.. ولا يوجد بقرى الأرياف إلا صاحب أرض فلا يتكلم إلا في حرها وبذرها وحصلها، أو نجار فلا يتكلم إلا في أنواع الأخشاب وما يصلح منها للسواقي وللسقوف والأبواب، وهكذا دأبهم من أول السنة إلا آخرها فلا يقيم معهم إلا من كان مثلهم، فإن أقام عندهم عالم ضاع علمه، وتبدلت صفاته المحمودة بإنحدارها لأن الطبع يسرى.

وترد عليه زوجته واسمها تقية فتقول: أما ما ذكرته من سوء حال أهل الريف فهو حجة لى عليك، فإن هذا إن كان كذلك فإنما هو من شدة جهلهم، فهم إذن أحوج إلى مثلك أن تقيم بينهم فتقوم بتعليمهم وتفهمهم ما يجوز وما لا يجوز. وأما قولك إن من يكون عندهم يضيع علمه فحسبك فى هذا قوله تعالى: ﴿وَاتَّقُوا اللَّهَ وَيَعْلَمَكُمُ اللَّهُ...﴾. وقد علما من حال رسول (ﷺ) وغيره من الأنبياء والمرسلين كيف أقاموا بين قومهم من الكفار

والمشركين والضالين يدعونهم إلى الحق ويرشدونهم إلى الهدى.. إلخ..

على هذا النحو من الحوار العقلي والعقلاني يعرض على باشا مبارك كل ما لديه من معلومات في فروع المعرفة بالحوار الإحترام وبلا عصا!!

من الأشياء التي بهرت رفاة الطهطاوى عندما ذهب إلى مارسليا، أنه وجد الفرنسيون يأكلون على طبلية مرتفعة يقصد ترابيزة وأن كل واحد منهم له طبق خاص وكوب خاص وأنهم لا يأكلون من طبق واحد ولا يشربون من كوب واحد.

وأما الذى أذهله جداً فهو أنهم يستخدمون فى رش الميادين غربة رش ولا يستخدمون الجرادل فى رش الميادين ولم يكذب يرى غربة الرش هذه حتى توضع وتصلب وتطلب من الله سبحانه وتعالى أن يفيض للكنانة مثل هذا الاختراع اللطيف..

ورفاة الطهطاوى وعلى باشا مبارك قد سحرتهم المقاهى وأهم ما فى المقاهى المرايا الكثيرة فوضع رفاة يده إلى جوار المرأة فكان لها حجمها الطبيعى على عكس المرايا فى مصر

المحدبة والمقعرة وهو أيضاً قد لاحظ أن المرايا تعطى للمقهى مساحة كبيرة وتجعل من يراه يخيل إليه أنه ميدان كبير جداً به ألوف الناس يقول على باشا مبارك في "المسامرة الثلاثون" ولكثرة المرايا وتقابل بعضها ببعض كانت صور الجالسين والخارجين والداخلين تنعكس فيها وتتضاعف مراراً فكان مما هو عليه يلذ الناظر ويسر الخاطر..

وكان رفاة الطهطاوى يتأمل المرأة الفرنسية وسلوكها وملابسها وقد وصف لنا ملابسها بالتفصيل الشديد ولاحظ أنها تضع أعواداً من الحديد لتشد صدرها أما على باشا مبارك فكان يستحي أن يفعل ذلك وكان مشغولاً بسلوكيات الناس وإحترامهم للقانون وإيمانهم بالنظافة أكثر منا مع أن ديننا يدعونا إلى النظافة..

وكان رفاة الطهطاوى يقول رأيه هو وخلاصة فكره هو قاطع في الرفض وفي القبول ولكن على باشا مبارك قد اختار الحوار أسلوباً في الفكر فهو يعرض الرأي وعكسه ويؤيد هذا ويدافع عن ذاك كأنه محام يترافع عن قضية ورأى من العدل أيضاً أن ينشر

وجهة نظر الخصوم وبذلك يتحقق العدل والإنصاف ثم يكون له رأى فى النهاية إنها متعة بريئة غامرة..

فى المسامرة الثالثة والتسعين نجد حواراً لا يصح السكوت عنه، ولكن على باشا مبارك سكت.

ففى باريس التقى بأحد الفرنسيين يتحدث عن فضل الاحتلال الفرنسى على مصر فهو قد خلصنا من المماليك الذين أفسدوا كل حياتنا وأفكارنا واستغلوا كل الناس وكل شىء لحسابهم.. أما الفرنسيين فقد نظموا مصر ونظفوها وصححوا علوم وفنون إدارتها وفرضوا على الناس أن يعلقوا القناديل ليلاً على أبوابها. وإلا فالعقوبة شديدة.. ثم إنهم شقوا الترع وأقاموا المستشفيات.. ولو بقى الفرنسيون حتى أيام على باشا مبارك لكانت مصر أحسن حالاً.

ثم يقول الرجل الفرنسى مهاجماً المصريين والشرقيين عموماً: إنهم يقتصرون على حفظ القرآن ومعرفة بعض الأمور ويقفون عندها ولا يتعدون حدودها ولا يفحصون فى معانى الكتب وأسرارها. أما المماليك فهم مشغولون بتحلية سروج الخيول

والإنكباب على الملاهى طوال الليل ولبس السراويل الواسعة  
الذيل.. وهم يقتصرون على التفكير فى الوعد والوعيد والترهيب  
ثم إنهم ينادون بالزهد فى الدنيا..

ولم يشأ أن يرد على باشا مبارك على الخواجة الفرنساوى فى  
وجهه. وإنما قال فى غيابه: إن الفرنسيين استخدموا المدافع  
والقنبر (القنابل) وضربوا الناس وحبسوهم وأماتوهم ودخلوا  
الأزهر بالخيول وضربوه بالقنابل وحطموا البيوت والقناديل ونهبوا  
البيوت والقصور وهدموا الأضرحة والأحياء الشعبية وفرضوا على  
الناس الضرائب العامة حتى هرب الناس أو ماتوا فى السجون..

ويقول: وتلك الأيام نداولها بين الناس، وتلك سنة الله فى  
خلقه، فكم سلط أقواماً على آخرين، سلط الفجار على الأبرار..  
وله فى ذلك حكم وأسرار.

ولما سئل على باشا مبارك ولماذا لم تقل كل هذا للخواجة؟  
كان رده أنه فى باريس وأنه يجب أن يراعى ذلك، ثم ردد قول ما  
قاله الشاعر: ودارهم ما دمت فى دارهم

وحبهم فى ما دمت فى حبهم

ومع ذلك فقد قال لنا طويلاً وكثيراً.  
قاله لنا.. وللتاريخ أيضاً. ١١



## طعام الحصان ..

كان أمير المؤمنين عمر بن عبد العزيز رحيمًا حكيمًا. فكان يكره القسوة على الحيوان أيضًا. وكان يأمر بألا يكون اللجام خائنًا للحصان. وألا يضرب بعصا، تكون في أسفلها كرة من الحديد...

وقد فوجيء عمر بن عبد العزيز يوما بأن سلة من الرطب قد جاءت من الشام فسأل: كيف جاءت؟ قالوا: على ظهر الحصان الذي ينقل البريد - أي حصان الحكومة.

فرفض أن يأكل الرطب وأمر ببيع الرطب وأن يشتري بثمنه علفًا للحصان. وفوجيء عمر بن عبد العزيز بعودة سلة البلح إليه فقد اشتراها أحد أبنائه ثم بعث بها إلى والده فقال: الآن أستطيع أن أكل..!!

وفى يوم علم عمر بن عبد العزيز أن المصريين يضعون أحمالاً  
تزيد عن ألف رطل على ظهور الخيول والجمال. فبعث إلى والى  
العربى على مصر ألا تزيد الأحمال عن ستمائة رطل!

ولم يحدث ذلك فى أى بلد عربى -المصريون فقط هم الذين  
يضعون الأحمال الثقيلة التى تنوء بها الدواب!!

وهو ما نفعله حتى الآن فى المصاعد والأتوبيسات ففى  
المصعد مكتوب بوضوح الحمولة لا تزيد على خمسة أو عشرة  
أشخاص.. ونكون نحن أضعاف هذا العدد. وكلنا يعرف القراءة.  
ثم نشكو من أعطال المصاعد فى البيوت والمؤسسات. والسبب:  
إنعدام الصيانة -ونحن غير قادرين على صيانة المصاعد، لأننا  
نرهقها بالإستخدام السيئ.. تماماً كما نرهق الخيول فى عربات  
الكارو والحنطور..

ونحن أيضاً لا نعرف كيف نعمل.. فمن المؤكد أننا نتردد  
على أماكن العمل بانتظام ولكن ليس من الضرورى أن نعمل،  
وإنما نحن نوجد ونحرص على ذلك.

ولكن ساعات الإنتاج قليلة، ولأننا لا نعرف كيف نجعل،  
فنحن أيضاً لا نعرف كيف نستريح.

فالمصاعد كالخيول لها قدرة ولها عمر.. ولذلك "تشبخ" قبل  
الأوان بسبب هذه اللامبالاة والجهل وغريزة التدمير والتخريب  
وقتل الحياة.. فلم تتغير كثيراً منذ أيام عمر بن عبد العزيز، رضى  
الله عنه!!

## (بوسه) مقرفة !!

أستحف ما نشاهده كل يوم: رجل ييوس رجلاً.. وأسخف من ذلك أن تكون أحد الرجلين!

ما المعنى؟ لا معنى من أى نوع لأن ترى صديقاً أو زميلاً كل يوم فتبوسه.. ماذا جرى من أمس حتى اليوم، قللاً يكاد تراه حتى تحضنه وتبوسه. لم يحدث أى شىء. ولكن العتدنا على هئله السخافة. للدرجة أنك إذا لم تفعل ذلك، أحس المجنى عليه أنك زعلان منه.. أو أن العلاقة بينكما قد فترت..

وبعض الناس ييوسونك ثلاث مرات.. يمينا وشمالا ويمينا.. وكان المرحوم عبد الحليم حافظ قد طلعت فى دماغه أن ييوسك على الخدين وفى فمك.. وتضايقنا منه حتى تاب عن ذلك تماماً. ولم يكن عبد الحليم حافظ هو الذى اخترع هذا النوع من القبلات.. وإنما اخترعها الروس.. وانتشرت!!

ليس مألوفاً عندنا تقبيل السيدات عمال على بطل!!  
قال لى اللواء صالح الحديدى أن التعليمات صريحة للقوات  
المسلحة بتحريم التقبيل.. ومن النادر أن تجد رجلاً عسكرياً -إذا  
كان بالزى الرسمى- يقبل رجلاً آخر. وقال لى أنه حدث أن  
التقى بالفريق العرابى ومعه أحد أبنائه. وكان هذا الإبن مرءوساً  
للواء الحديدى فعانقه وقبله، فقال له العرابى: هل نسيت أن هذا  
ممنوع؟! وفجأة وجدت اللواء الحديدى يقبل المستشار  
الجوسقى محافظ الإسكندرية!؟

ومعنى ذلك أن العادة السيئة ما زالت متسلطة على شفاة  
الجميع!! إنهم فى الغرب يكتفون بالانحناء أو خلع القبعة - لا  
قبلات! وهم فى الهند يكفون بضم اليدين مع الانحناء.. ومن  
الممكن أن تحيى واحداً فقط أو مائة مليون بهذه الطريقة!  
وفى البلاد العربية يقبلون الكتف أو الجبهة أو الأنف.. أو  
يكتفى الواحد باحتضانك حضناً خفيفاً دون قبلات!

ولو سألت نفسك لماذا تقبل أحدا لو وجدت انه لا يوجد سبب  
نفسى .. وإنما هي عادة سخيقة لا تجد الشجاعة فى أن تكف  
عنها !

يا راجل كفى كذبا على نفسك وعلى غيرك !

## أخطاء صغيرة خطيرة !!

كنا نبحث فى أمور بلدنا .. وكل الذين تعلموا فى أوروبا وأمريكا من المهندسين والأطباء يروون لنا حكايات عن المتاعب التى صادفتهم . وفى مقدمة هذه المتاعب .. أن هذه المؤسسات التى عملوا فيها ترفض الخطأ .. أى خطأ ويرفضون أى عذر كانوا يتقدمون به بسبب هذا الخطأ. كان يقول الواحد: أنه مريض أو أنه سهر أمس شويه .. وأن منظاره يجب أن يغيره أو أنه تلقى خطابا من يقول أن أباه وأمه وأخته وكل الذين له فى الدنيا قد ماتوا. وهذا العذر لا يبرر الخطأ فى بلد واحد. لأن الخطأ الصغير يؤدى إلى أكبر وأفدح!

قال لى أحد المهندسين انه ظل يرسم لوحة عشرين مرة. وفى كل مرة يكتشف الكمبيوتر أن هناك خطأ يقرب من المليمتر.

وكان رد المهندس المصري: مش حاجة. قالها على سبيل الفكاهة. وكان الرفض قاطعا. وانتهى الكلام. وأنه إذا كان هذا هو أسلوبه فى العمل والحياة فلا مكان له فى أمريكا ولا فى ألمانيا ولا فى اليابان .. انتهى!

اذكر أن أستاذنا الكبير على أمين كان يصدر مجلة (هى). وكان رئيس التحرير، أما سكرتيرا التحرير فهما من باريس. وكان هدفهما أن يعلما السكرتارية الفنية المصرية ، كيف تكون مجلة (هى) صورة دقيقة وجميلة من مجلة (ال) الفرنسية. وكان الخلاف حادا بين المصريين والفرنسيين .. أما سبب الخلاف فهو ملليمتر أو اثنان .. فالسكرتيرة الفرنسية تضع إلى جوار أية صور مقاسا كهذا: طول سبعة سنتيمترات وثلاثة ملليمترات ونصف الملليمتر وعرضها أربعة سنتيمترات وأربعة ملليمترات ونصف الملليمتر. هى عاوزه كده .. أصول الرسم كده .. وتصورها لشكل الصفحة كده! أما رد الفعل المصرى فهو هكذا: ياسلام .. يعنى جت على واحد ملليمتر .. خلاص يعنى .. والله دى كلها حركات!



فنحن لا نعرف المليمترات ولا حتى السنتيمترات .. وإنما  
كل شيء كده بالفهولة .. ولذلك نتأخر وسوف نتأخر كثيرا.  
مادامت غلطة المليمتر لا تساوي عندنا غلطة المتر والكيلومترا

## اصح : يا مجرم !!

لا يكفى أن نستنكر قطع الأشجار وأن نعتذر للأحياء منها  
والأموات، ولا أن نعلق السلاسل والأرقام من فروعها اعترافا منا  
بحقها فى الحياة والحماية .. ولكن يجب أن تدرس هذه الظاهرة  
: لماذا نسكت شهرا ثم نعود إلى قطع الأشجار .. ثم نستنكر  
ذلك ونلعن من قطعها ومن أمر بذلك .. وبعد شهر نعود إلى  
قطعها .. فكأننا نفعل ذلك ليلعنا أحد . كأننا حريصون على ذلك  
. لماذا؟ هل لأننا لا نستطيع أن نعيش إلا على جثة أحد .. هل  
لأننا لا نستطيع أن نعيش دون أن يلعنا أحد .. ودون أن يكون  
لدينا شعور متجدد بالذنب..

فإن كان هذا بالضبط ما نريد اذا فعلاجنا ليس فى الصحف  
ولكن فى المستشفيات .. ولكن من الذى يعالج من؟ هل الذى

اصدر الأمر هو المريض؟ أم الذى يوالى قطع الأشجار هو المريض؟ لا أعرف.

ولكن الذى أعرفه وهو أن العلاج طويل وأكيد أيضا وهو أن نبداً - بلاش كلمة (نبداً) هذه لأنها تتكرر فى كل حديث وفى كل خطاب فلم يعد لهذه الكلمة أى معنى ولا أى خطراً

فليكن فى برامجنا التعليمية والتربوية والأخلاقية والدينية والجمالية أن نترك الحى يعيش: كما إننا يجب أن نعيش .. ونترك الأشجار والطيور والزهور .. نترك الأبواب اللامعة دون خدشها، نترك السيارات الواقفة دون تحريج ، لا نأخذ معنا مسامير لنقطع بها المقاعد التى استرحنا عليها فى السينما والمسارح - الحمد لله لم يظهر مسماراً واحداً ولا موس حلاقة فى دار الأوبرا !

لقد أمضيت سهرة أمام التليفزيون الإنجليزى وهو يناقش قضية خطيرة طفل ذهب يوقظ أباه قائلاً: يا مجرم وانزعج الأب ولكن الكتب المدرسية تقول له: أن من يقطع شجرة فهو مجرم. وأبوه يعمل فى قطع الأشجار لحساب أحد مصانع الخشب. والأب

يطلب النصيحة من هيئات التربية والتعليم والتليفزيون وملايين  
المشاهدين!

ما الذى يفعله الأب ؟ ما الذى يفعله المدرس بهذه الكتب؟  
كيف يواجهون الطفل الذى يريدونه أن يصدق ما يقال له - ابتداء  
بأبيه وانتهاء بالمدرس والحاكم ورجل الدين؟!

## أقذر طريق !!

تخصّصت الجيزة فى قطع الأشجار .. منذ سنوات أراقت  
دماء الأشجار الضخمة على شاطئ النيل .. وبعدها بسنوات  
أسالت دموع عالمة سويدية كبيرة عندما بدأ العبث والإهمال  
العنيف فى حدائق الأورمان - أحد المتاحف الحية للأشجار  
النادرة .. ولا يزال العبث بها مستمر - انظر إلى قوات الأمن  
المركزي ..

وفى العام الماضى سقطت أشجار نادرة فى كلية الزراعة رغم  
أنف الأساتذة وعلى دماغ عميد الكلية وألوف الطلبة - تكديبا  
رسميا لكل ما جاء فى الكتب عن الحياة وحب الحياة وحماية  
البيئة والذوق والجمال .. وبالأمس وقفت باحثة أمريكية تبكى  
عندما رأتهم يقصفون عمر الأشجار .. وفى ترعة المنصورة ينهال  
التراب وعلب الصفيح فى اقذر كيلو متر فى مصر كلها - أى فى

الطريق بين الهرم وأبو الهول .. وعلى مسافة نصف كيلو متر يوجد مصنع يصرف مياهه المالحة فى الأرض الزراعية لأنه يقوم بتجفيف المياه للحصول على ملح الطعام .. أما على النيل بين كوبرى عباس وكوبرى الجلاء فقد قامت الأندية لتشويه الشاطئ وحجب النيل عن كل من تسول له نفسه أن ينظر إليه .. وفى الجزيرة أحرقت الفنادق الجميلة والمطاعم والأندية .. وأكثر هذه الفنادق لا تزال فى حيرة هل تعود إلى الوجود مرة أخرى ؟!

فى الجزيرة أكبر عدوان على الأرض الزراعية وإقامة العمارات الشاهقة والمجمعات ومزارع الدواجن. وارتفاع المياه الجوفية والمجارى إلى الهرم وأبو الهول !!

يا ترى لماذا؟ هل لأن الرمال على جانبي الجزيرة تغرى بالموت .. موت النبات والحيوان والإنسان ؟ هل لأن بها الأهرامات العظيمة - وهى أكبر مقابر التاريخ؟ إن حماس الجزيرة للقضاء على الحياة والأحياء يقابله فى المنصورة زراعة الحدائق والجزر وفى الإسماعيلية حماية الحدائق ونظافة الشوارع. لقد انفردت الجزيرة بأنها قاطعة الأشجار ملوثة الأنهار هادمة المملذات.

## مأذون بلا ضمير !!

نظرة إلى المأذون في الريف.. إن بعض رجال هذه المهنة يعقدون زواجا باطلاً يسن أطفال دون الرابعة عشرة وحرصاً من المأذون على ألا يقع في قبضة القانون فإنه يحتفظ بالعقد عنده حتى إذا بلغ العروسان سن الرشد، أعطاهما العقد.. ومن الممكن ألا يكتب العقد. ومن الممكن أن ينجبا أطفالاً والعقد عنده -فإن لم يكن هذا نوعاً من الزنا، والأطفال لقطاع فماذا عساه أن يكون..

وهناك أطباء أيضاً يقومون بتسنين الأطفال، وهم يعلمون أنهم مزورون. كل ذلك معروف في الريف. وليس جديداً. ولكن له دخل في زيادة عدد السكان وإرتفاع نسبة الطلاق وتشريد الأطفال في الريف وهؤلاء المشردون هم الذين يتحولون إلى شحاذين ونشالين.

سمعت حكاية مأذون - أكثر من واحد - قد احتفظ بعقد الزواج عنده. ثم اختلف الطفلان وتدخّل الأهل، وكان لا بد من الطلاق. ولا بد أن ترد العروس المهر الذى دفعه العريس والمؤخر.. ولكن والدها اعتذر بأنه قد أنفق ذلك المبلغ فكان لا بد أن يدفع المأذون المهر والمؤخر من جيبه هو وإلا ذهبوا به إلى النيابة.. وسمعت عن مأذون أضطر إلى أن يستزوج العروس الطفلة!؟

صحيح أن هذا المأذون قد فصل من عمله وتولاه القضاء بالعقاب. ولكن هناك عشرات بعيدون تماماً عن العدالة.. ثم إن أحداً من الفلاحين الذين يتعجلون الفرحة بأطفالهم وبأحفادهم بعد ذلك، لا يذهبون إلى البوليس مهما حدث!!

رأيت أسرة صغيرة فيها أطفال صغار كثيرون. سألت قالوا: إن ابنتهم الكبرى تزوجت ثلاثاً مرات فى عشر سنوات وأنجبت أربعة أطفال وتركتهم عند والديها بسبب زواجها الرابع - هذه الزوجة لم تبلغ العشرين من عمرها!



وعرفت أن مأذوناً واحداً قد أفلح فى تزويج قرية بأكملها  
وبنفس الطريقة، ولكنه كان يشترط على العروسين عدم دفع  
المهر أو مقدم أو مؤخر..

وكان يطلب أهل العريس بدلاً من دفع الفلوس أن يرهنوا عنده  
جاموسة أو بقرة أو قطعة من الأرض..

أما هذا المأذون -المجرم- فقد ألقى القبض عليه وهو يزوج  
طفلة عمرها تسع سنوات لطفل فى الثانية عشرة! -أعوذ بالله!!

## فى الطريق !!

ليس صحيحاً أن الأب يطلب إلى ابنه أن يقف تحية له وأن يلقى "اللبان" من فمه، كالذى يمشى بظهره أثناء النوم، أى أنهم يتراجعون ويتكسون بالتاريخ إلى الوراء. إن هؤلاء الآباء لم يعودوا يعيشون فى زماننا. لا أقول ذلك.. فليس بين الآباء من ليس قلقاً على ابنه وابنته، ومصدر قلقه أن الكل ينحرف بعيداً عن آداب المجتمع والذوق والإحترام والتمسك بالقيم الأخلاقية والوطنية.

كان الآباء فى كل الدنيا سواء.. ولكن فى المجتمعات الأوروبية يضعون حداً لهذا القلق.. عندما يصل الابن إلى سن الرشد فى العشرين.. هنا يجد الابن أن الأب والأم يطلبان إليه أن يقفل الباب بعناية وهو خارج إلى مجالات أخرى فى الحياة بعيداً عنهما. إنه مثل طائر قد طال ريشه، فلا بد أن يرتفع فى الجو

بعيداً عن العش.. يبحث عن شريكة حياته بينان معا عشاءً  
جديداً.. و فى الأفلام الأوروبية نجد البنت تتصل بأمها تليفونياً  
تقول لها: (مبروك يا ماما.. رزقت ولداً..)

وتهنتها الأم طبعاً دون أن تسألها إن كانت قد تزوجت.. ولقد  
تكون الأم مجاملة لدرجة أن تطلب إلى ابنتها أن تبعث بصورة  
المولود.. وتشكرها الابنة على هذا الاهتمام الغير عادى..

ونحن لم نصل بعد إلى هذه المرحلة ولكننا فى الطريق إلى  
ذلك.. وهذا يفسر الفرع من الانحراف والانجراف الذى ظهر  
على شكل احتجاج دينى وتربوى.. أى ظاهرة التعصب والتشدد  
والتطرف.. إنها رد الفعل الوحيد الغاضب على هذه الميوعة  
الأخلاقية.. فلو لا هذا التطرف فى الابتعاد عن الأدب التقليدى، ما  
كان هذا الإلتصاق العنيد بالدين والأخلاق.. لولا هذه الرخاوة،  
ما كان هذا العنف المضاد، لولا هذا الإستخفاف ما كان هذا  
التشدد!!

## الطبقة المتوسطة : أغلبية !!

الطبقة المتوسطة هي الأغلبية في هذه الدنيا. والطبقة المتوسطة هي مجموعة الناس الذين ظهروا على وجه المجتمع لأنهم تعلموا. ولأنهم عملوا. فلم يعودوا فقراء..

والطبقة المتوسطة فيها كل عيوب الطبقة الفقيرة فيها الرغبة السريعة في الشراء أى التخلص من الماضى. وفيها أيضاً الرغبة فى الإنتقام من الذين جعلوهم فقراء، ومن الذين هم أغنى منهم. فهم يكرهون أيام الفقر، والفقراء. وهم يحقدون على الأغنياء أيضاً - أى الذين كانوا طبقة وسطى، ثم أصبحوا فوق المتوسط.. ثم طبقة ممتازة..

فى الطبقة الوسطى بقايا أخلاقيات الفقراء: التمسك بالفضيلة والمبادئ والإيمان.

وفى نفس الوقت هم كافرون بهذه القيم التى لم تجعلهم أغنياء. أى أن هذه القيم هى التى منعتهم من القفز فوق الحواجز الإقتصادية.. ولا مانع عندهم من إدعاء الأخلاق والمبادئ، لأنها هى التى تحميهم من الفقراء.. فالدين هو الحاجز المقدس الذين ينام وراء الأغنياء فى أمن من عدوان الفقراء، وأمام تسلط الأغنياء، لأن الأغنياء منافقون للأغلبية من الطبقة المتوسطة والطبقة الفقيرة!!

عندك فكر الآن: ما هى الأغلبية فى مصر؟ هل هى الطبقة المتوسطة، أو هى الطبقة الفقيرة؟

إن الذى أراه من ميوعة وتزرد وتسبب يؤكد أن الفقراء يريدون أن يكونوا أغنياء من أسرع طريق، وإنهم العمال والموظفون والفلاحون الذين يكسبون بلا عمل، والطلبة الذين يريدون أن ينجحوا بالدروس الخصوصية -إنها الطبقة المتوسطة!! ولذلك لا أرى الذين يحاولون الإصلاح جادين، لأنهم أيضاً من أبناء الطبقة المتوسطة التى تنظر وراءها فى غضب..:

وتتطلع أمامها في غضب. إنها تلقى بالوحل على الماضي،  
وتطلق النار على المستقبل.. وبدلاً من أن تجعل المستقبل جنة  
للجميع. فإنها تريده جنة سرية - أي جنة لبعض الناس، وهي  
بذلك تساهم في تزوير المستقبل، لأنها تجاهر بالإصلاح، ولكنها  
لا تقصد ذلك تماماً!!

## لو عاش قاسم أمين !!

لماذا ليس في مصر أغنياء؟

سؤال المفكر المصري قاسم أمين من حوالى تسعين عاماً.  
وكان جوابه أن المصريين يموتون في تراب الحكومة. يفضلون  
القرش المضمون على المغامرات التجارية.. يتعلمون ويرهقون  
آباءهم من أجل أن يتساقطوا على الكراسي الحكومية في انتظار  
العلاوة والدرجة..

وكان قاسم أمين يضرب مثلاً بخريج كلية الطب. فهو يتقاضى  
عند التخرج سبعة جنيهاً. وبعد عشرين عاماً يصبح مرتبه  
عشرين جنيهاً، وهو سعيد بذلك وكل أسرته تحمد ربنا على هذه  
النعمة.. ويرى قاسم أمين أن مصر فيها موظفون ولكن ليس فيها  
أغنياء.. وأنا تركنا الثروات الهائلة للأجانب الذين يأخذون ولا  
يعطون. لماذا؟

السبب الوحيد هو أننا لا نعمل بالتجارة. ولذلك دعا كل أب وكل أم إلى تعليم الأولاد أن يكونوا تجاراً متعلمين - ويرى أن التجارة التي توقظ كل مشاعر الإنسان وغرائزه في الكفاح وفي المنافسة وفي لذة التعب والكسب والراحة وإتساع الأفق. أما أن يعيش الناس ويموتوا موظفين: فهذه هي النخبة الكبرى!

ولو عاش قاسم أمين بيننا اليوم لتغير رأيه، فالتجار كما ترى يكسبون ويسرقون ويهربون أموالهم.. والحرفيون هم أكبر طبقة وأكثر ثراء.. أما الموظفون فهم الأكثر عدداً والأقل كسباً والأشد فقراً.. وطبقة الموظفين هي "توربينات" الطاقة الحيوية في المجتمع كله.. هم مصدر السلطات والسنخ والتمرد وهم شرارة التغيير. ولكني أرى رأياً آخر وهو أن المستقبل الحقيقي والمؤكد والذي لم نلتفت إليه بدرجة كافية..

بدرجة ثورية هو: شباب مصر يزرع أرض مصر قد تعلم أن يمسك الفأس فهو الفلاح المستتير وهو التاجر الواعي وهو الذي سوف يغير اتجاه الريح.. وهو وحده الذي سوف يبنى على الرمال قصوراً راسخة ومزارع غنية، وأجيالاً تحرس على السلام



حرصها على الشرف والرفاهية - ولكننا نتردد ونخاف من  
الشباب - مع الأسف!!

## مصر : تكية !!

بعض الناس إذا جلست إليهم أحسست أن هواءاً عليلًا يهب عليك.. فقد فتحوا عقولهم فانطلق الهواء.. وبعض الناس يقفلون عقولهم في وجهك. فتشعر أمامهم ومعهم أنك عاجز عن أن تقول شيئاً أو تقنعهم بشيء!

مثلاً: مصر تمر في حالة صعبة جداً. إقتصادياً ونفسياً واجتماعياً. لا شك في ذلك ولم أقل جديداً. فهل من علاج؟ السؤال سهل جداً كما ترى، والمشكلة كلها في الإجابة، والإجابة سهلة جداً أيضاً..

الإجابة لا بد أن نعمل وننتج ما هو أفضل. والإجابة سهلة جداً كما ترى، ولكن الصعوبة في التنفيذ. انتهى تشخيص أمراض مصر كلها!!

ولست فى حاجة إلى أن أكون فيلسوفاً أو عالماً إقتصادياً أو سياسياً فذاً لكى أقرر المرض وأقترح العلاج..

أما العلاج فصعب لماذا؟؟

صعب. لأننى يجب أن أكون مقتنعاً إقتناعاً دينياً، أى يصل إلى حد اليقين الدينى، بأننا إذا لم نعمل، فسوف نمد أيدينا عبر القارات ونقول: لله يا أسيادنا، ومن المؤكد أنهم جميعاً أسيادنا، ما دمنا لا نجد ما يكفيننا، وإن كان الذى نطلبه ليس لله..

وإنما للكسالى والتناكلة من الفلاحين والعمال والموظفين، فمصر أصبحت "تكية" والناس جميعاً جالسون نائمون يشخرون على المصاطب. وإذا صحوا من نومهم ارتفعت أيديهم إلى السماء يطلبون من الله أن يعطيهم. وهذا ليس من حقهم. بل يجب أن ينجحوا أن يطلبوا من الله..

فالله لا يعطى التناكلة والمتواكلين الذين لا يستحقون الهواء الذين يشمون والماء الذى يشربون..

هل قلت جديداً؟؟

أبدا وليس مطلوباً من أى أحد أن يقول جديداً.. فقط أن نقول  
وأن نؤمن وأن نتحرك لكي نعمل ونعمل ونعمل.. ولا أمل فى  
إصلاح إذا لم نعمل، ولا أمل فى إستقرار سياسى وإجتماعى  
ودينى وإقتصادى إذا لم نعمل. وإذا كنا نقول ونكرر ذلك ليلاً  
ونهاراً ونتواصى بالعمل، ثم لا نعمل فما الذى نتوقعه أن  
يحدث؟!

ألم يخترع الإنسان فى بلاد أخرى أسلوباً أقوى وأعنف  
من أجل فرض العمل على الناس بالقوة - لا أرى حلاً آخر!!

## نصف ساعة عمل!؟

كراحتنا للأجانب لا تزال قوية. وهى دليل على ضغط التاريخ على أعصابنا، ولكن بمرور الوقت سوف يتغير كل شىء. فالزمن أعظم طبيب...

الأنجليز مثلاً احتلوا بلادنا ثمانين عاماً، لم يحتلوا سيناء فقط وإنما احتلوا مصر كلها من أولها لآخرها..

وتدخلوا فى التعليم والدين والسياسة وشكلوا الوزارات وأتوا بالملوك ورؤساء الوزارات والوزراء.. ولم نذهب فى كراهية هذا الاحتلال إلى أن حرمننا اللغة الإنجليزية.. ولا كرهنا الذهاب إلى لندن.. بل إن الإنجليزية هى لغتنا الأوروبية الأولى وإعجابنا بالدستور والديموقراطية البريطانيين لا حد له.. ونجد أنفسنا سعداء فى لندن. وإذا ذهبنا إلى لندن تزاحمنا فى محلات ماركس وسبنسر -اليهودية التى ساعدت على قيام إسرائيل.

وحتى الذين انحرفوا من المصريين ومن العرب ذهبوا إلى محلات ماركس وسبنسر وسرقوها. كأنهم أرادوا أن تكون السرقة فضيحة تدل على أنه بالرغم مما فعله الإنجليز، فنحن نذهب إلى بلادهم، وعلى الرغم مما فعله ماركس وسبنسر لإسرائيل فإننا نفضل الفضيحة عندهم على أي مكان آخر!!

واحتلنا فرنسا ولا تزال اللغة الفرنسية في مكانها الرفيع في ثقافتنا.. ولا تزال باريس أم الدنيا -دنيا الثقافة والأدب والفن.. وكانت فرنسا قد احتلنا بجيوش نابليون وحيوله التي انتهكت الأزهر.. ولكن الزمن عالجنا من أوجاع الماضي.. ونسينا ونسى السعوديون أيضاً ما فعلته قوات إبراهيم باشا في منطقة الدرعية - وأن كان قد استدرجنى إليها أحد الأصدقاء في الأسبوع الماضي.. وفهمت المعنى.. ولكنهم سوف ينسون ونسى.. تماماً كما سوف تنسى اليمن قوات مصر وما فعلته الجمهورية الأولى..

المهم عادت بلادنا حرة ويجب أن تبقى حرة.. ويجب أن نقيم هذه الحرية بالعمل الداخلي..

ويجب إختصار أجازاتنا وأعيادنا.. فالحقيقة المنحجلة التي  
تسترنا عليها رسميا أن متوسط ساعات العمل للمصريين جميعاً أقل  
من نصف ساعة يومياً- هذه حقيقة محزنة وفاضحة لنا جميعاً ومن  
المستحيل أن تشييد مصر إستقلالها وحريتها على نصف ساعة  
عمل- فهذا ما لم تفعله أية دولة شرقاً أو غرباً!!

## رجل فشار !!

رأيت السيد الوزير على شاشة التلفزيون الحمد لله صحة جيدة نظرت هادئة، بشرته ناعمة وبعملية حسابة بسيطة أقول أنه ينام ويأكل ويشرب جيداً. ولذلك فجهازه العصبى يتلقى ويرد بهدوء. إذن فكل الذى يقوله الناس صحيح. الأرقام الذهبية صحيحة، المستقبل مضمون، الخيرات وفيرة، فلا معنى إذن لشكاوى الناس - فكل شيء موجود جاهز..

إذن فهو يرى غير الذى نراه ويسمع غير الذى نسمعه ويعرف ما لا نعرف. فأما أن يكون هو المصرى الوحيد. ونحن أجنب، وأما إنه زائر لمصر من كوكب آخر فهو أجنبى، ونحن مصريون. فإذا كان الذى يقوله صحيحاً، فالذى نعانيه خرافة، وإذا كان الذى نعانيه صحيحاً فالذى يقوله أكذوبة..



وتلفت أرى أثر الهدوء والسعادة والنعمة على وجوه الذين حولي  
من العمال والفلاحين والموظفين فوجدت إستنكاراً شاملاً، فإن  
كان هذا إستفتاء على كلمات السيد الوزير فهو لم يفز بصوت  
واحد. وطلبه أمام شاشة التليفزيون وإستجوابه علناً، واجب قومي..  
والذى يقوله سيادته ليس جديداً فى عمومه - أى معنى الكلام  
والإتجاه والأسلوب قد عرفناه قبل ذلك. فكل عصر له "رجل  
فشار" سيادته فشار هذا العصر، ومنوم مغناطيسى وقارئ كف  
وفاتح فنجان وضارب رمل.. وما دام هو مستريحاً إلى هذه الدرجة  
فهو إذن لا يكذب، أو ما دام هادئاً جداً هكذا، فهو لا يعانى قلقاً  
أو إضطراباً أو تمزقاً داخلياً.. إما لأنه صادق ، وإما لأنه قد اعتاد  
على ذلك..

وإذا كنا نحن لانبادل هذه الراحة والنعمة، فلإننا لا نصدق، ثم  
إننا أعتدنا أيضاً على ألا نصدق أمثاله من الذين أراحوا ضمائرهم  
وأناموها..

آسف لا أقصد أحداً من الأحياء، فقد كنت أتفرج على تسجيل

قديم!!

## معرضون دائماً !!

القاهرة تتحرك تحت الأرض وتحت النيل، فكل يوم نضيف خطوطاً جديدة للمترو.. حتى تخف حركة المشاة فى الشوارع وبين السيارات وتحتها.. وكان خوف الناس عظيماً من المترو.. كما كان خوفهم عظيماً وإستنكارهم أكبر للكبارى العلوية.. وقالوا شكل الشوارع.. ما الذى يفعله كبار السن والمرضى والحوامل والأطفال؟. ولم نكن نقول إلا احتجاجاً وإعتراضاً على كل ما هو جديد.. فالناس قد اعتدوا على أن يتخبطوا ويتضاربوا.. فإذا أتاحت لهم فرصة أن يغيروا هذه العادة شعروا بالضيق!!

وقيل إن المترو السفلى سوف يكون فرصة جديدة لأن يواصل الناس قذراتهم وإهمالهم وتسييهم فى ظروف أحسن.. وسوف تعطل كل الأجهزة الإلكترونية.. وسوف وسوف.. ومن الغريب أن شيئاً من ذلك لم يحدث فالنظام مستمر والنظافة والإنضباط.. ولم

نجد مواطناً واحداً قد وضع في جيبه مسماراً ليمر به على أبواب المترو وجدران الأنفاق.. فماذا حدث؟ إن النظام يغرى بالنظام والنظافة تدعو إلى النظافة. فالإحترام أصبح عاماً لكل ما هو قطاع عام ولكل ما هو جديد..

وأعترض الكثيرون على بناء دار الأوبرا وقالوا: أين تقف السيارات.. وما الذي تفعله الرطوبة والهباب بالدار الجديدة؟ وإلى جوار الأوبرا الآن أوسع موقف للسيارات في مصر.. نظيف مضى.. وعادت لسهرات القاهرة نظامها وأناقته.. أناقة السيدات والرجال والانضباط.. وكنا نسينا هذه المناظر المتحضرة منذ كانت الأوبرا الملكية.. عندما كان يتردد عليها الأمراء والنبل والأغنياء والأجانب.. وكانت الأوبرا تحفة في الأناقة والفخامة والذوق الرفيع..

ولا توجد ورقة واحدة على أرض محطات المترو كما لا توجد سيجارة على أرض الأوبرا ولا في داخلها.. ولا أحد بقميص وبنطلون ولا أحد بقبقاب ولا لب سوداني ولا سندويتش فول!

فالنظافة كالقذارة حالة معدية.. وكذلك الانضباط والفوضى -  
إذن هناك أمل في هذا الجيل. وأمل أعظم في الذي يليه!!

## دايخ فقط !!

لا تتهم نفسك بالجنون أو الغباء أو أنه كان من الأفضل أن تولد في غير هذا الزمن.. وإنك "دقة قديمة" راحت عليك ويا الله حسن الختام - أما أنك تطلب حسن الختام، فهذا ما يرجوه كل إنسان فالله قادر على أن يجعل النهاية أفضل من البداية.

أما إتهامك نفسك فهو ظالم لأن أحداً لم يعد يفهم شيئاً، لا المحكوم فاهم للحاكم ولا الحاكم فاهم للمحكوم..

ولأحد يستطيع أن يتبين الصواب من الخطأ.. هل الحكومة على صواب؟ هل المعارضة فقدت صوابها..؟ وبين الصواب وفقدان الصواب ضاعت الحقيقة.. فما هي هذه الحقيقة؟

إنها أمل الناس جميعاً في أن يعرفوا إن كان صحيحاً أن القانون هو السور الذي يحمي الناس.. وإن كان هذا السور شائكاً أو مكهرباً.. وإن كانت عربات الحراسة ملغومة تنسف الحارس

والمحروس.. إن كانت اللوحة التى يضعها القاضى فوق دماغه عليها الآية الكريمة ﴿وَإِذَا حُكِّمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ﴾ هذه اللوحة هل مكانها فى مواجهة المتقاضين، أو فى مواجهة القاضى ووكيل النيابة والمحامى وأعضاء مجلسى الشعب والشورى وأساتذة الجامعات ووزراء تكفير المصريين وتهجيرهم..

هل صحيح أن الناس جميعاً يقومون بحركة تعويض شاملة -فما دامت القوانين القاطعة لا تصدر من فوق، فإن الناس يتولون إصدارها من تحت، وهل إذا جاءت القوانين من تحت، تكون قوانين.. أو أنها "بدل فاقد" - أى أنها قوانين فى غياب القوانين!! وإذا أنت رحت تتلفت يمينا وشمالاً وتدور حول نفسك، فليس سبب ذلك أنك مجنون.. وإنما أنت (دايخ) فقط.. ولا تعرف لك هدفاً ولا وجهة.. تتبين الحق من الباطل - وإن كان الباطل أعلى صوتاً وأكثر إعلاناً فى الصحف!

ولكى أهون عليك أقول لك: إن هذه شكوى عالمية. كأن العالم قد أستنفذ ما عنده من صدق وأمانة فبدأ يسحب الإحتياطى الإستراتيجى من الكذب!!

## مفيش مشكلة !!

كما أن عبارة مفيش فايدة، من أكثر العبارات شعبية في مصر،  
فإن عبارة: مفيش مشكلة هي أكثر العبارات شعبية في أوروبا.  
فنحن نقول: لا فائدة من الكلام لا فائدة من النقد لا فائدة من  
النصح ومعنى ذلك أنه لا أمل في علاج لأى شىء..  
وأستقر هذا المعنى على الألسنة والأقلام، فأصبح حجراً يسد  
الطريق إلى النجاة! منتهى اليأس!  
بينما أنت في كثير من الدول الأوروبية تسمع أن كل مشكله لها  
حل، ويكون الحل، تقول لأحد مثلاً: لقد تكدست الثلوج في  
الطريق فلا أمل في الوصول إلى المطار. ويكون الرد مفيش مشكلة،  
ويجرى الإتصال بالمطار فيقال/ فعلا السفر بالطائرة غير ممكن،  
إذن فالسفر بالقطار إلى مطار آخر..

وتقول: ولكن لا بد من حجز مكان في أحد الفنادق وأنا لا أعرف.

ويكون الجواب: مفيش مشكلة.

ويتم الحجز دون أن يعرف الفندق من أنا ومن هو، وتظهر مشكلة أنني نسيت حقيبتى فى التاكسى الذى لا أعرف رقمه. ويكون الجواب: مفيش مشكلة. وتجسء الحقيبة.. ولانهاية للمشاكل التى يجدون لها حلاً..

حتى لم تعد مشكلة، فكل شىء يمشى، تماماً كالسيارات فى الشوارع والطائرات فى الجو.. كل شىء يتحرك بسهولة "كله ماشى" ..

ونحن أيضا نستخدم عبارة "كله ماشى" - أى كل شىء مثل كل شىء.. الكويس والوحش.. القويم والملتوى.. الذى يجتهد والذى يغش.. وعبرة "كله ماشى" هى صورة أخرى من عبارة "مفيش فائدة" فالمعنى: وهو أنه مهما عملت أو لم تعمل فالنتيجة واحدة- ومثل هذه العبارات مدمرة لحياتنا الأخلاقية والعملية محطمة للمثل العليا.. لمن يريد أن يصلح نفسه وبلده، ويحقق لمستقبل الأجيال



شيئاً نافعاً. شيئاً يجعل كل شيء يمشى بسرعة نحو حل لكل  
مشكلة!!

## كلهم يكذبون !!

كله يكذب! وحياتك كل الناس يكذبون. أنت وأهلك وأهلك وزوجتك وأولادك. لأنهم بشر. ولأن الصدق فادح التكاليف. وأن الكذب ينجي أحياناً ولكنه ليس الأسلوب الوحيد للنجاة. ولكن أخطر من الكذب: تلك الصدمة. أى التى تصيب من كان يؤمن بك إيماناً مطلقاً أنك لا تكذب. أنت مثلاً: كذبت على ابنك مرة ومرة وأنت حسن النية. لأنك تريد مصلحته. ممكن. ولكن إذا أنكشفت.. أى إذا أفتضح أمرك. فقل بالله عليك أين يذهب وجهك.. أين تضع رأسك..؟ أى معنى لما سوف تقوله اليوم وغداً.. وكيف تعيد صورتك التى نزعها ابنك من الحائط ولعله..

وكان يضعك فوق فوق.. والآن لقد أنزل صورتك.. أزالها.. صحيح أن الصورة لا تزال هناك على الحائط.. مرفوعة بمسمار..

---

ولكنه لم يعد ينظر إليها.. كأنها ليست هناك.. أو لأنها ليست هناك. أو يجب ألا تكون - انتهى!!

ثم أكاذيب صغيرة، ممكن كل يوم، فأنت ترحب بأى إنسان وتصافحه وتعانقه وتمتدح شكله وصحته وملابسه وربما أفكاره. لا بأس. ويكون الرد عليك أحسن وأجمل. فهذه المجاملات البيضاء. أنت اعتدت عليها وأنا أيضاً. ونرى أنه لا قيمة لها. ولكن لا بد منها لإخفاء اللامبالاة أو العداء، لأن المصارحة بما نحس به حقاً، لا ضرورة لها. فأنت تكذب، لا ضرر. وهو يكذب لا ضرر.. والذي يقول لك: أنت نورت.. والدنيا من غيرك.. الخ لا يعنى ما يقول. ولكنه كلام حلو ورقيق ومهذب. شكراً..

أما الكذب الذى هو قبلة زمنية.. الكذب الذى ينسف الجسور ويمزق عروق القلب، هو الذى يتعلق بالأمانة.. بالشرف.. هنا فقط. يكون الكذب زلزالاً يحطمك ويحطم صورتك ومستقبلك فى عينى أولادك وزوجتك وأهلك وأبيك- انتهى!!

وإذا كانت الحياة تحتل مليون كذبة صغيرة، فإن واحدة  
كبيرة لهى إحدى الكبائر - فاحترس وأنت تكذب على الصغار  
والكبار أيضاً. وكل الأكاذيب منزوعة الفتيل. إلا هذه الأكذوبة  
الأخيرة!!

## لا تنصح أحداً !!

إذا كنت من الذين يحبون أن ينصحوا الناس، فنصيحتي لك ألا تفعل ذلك كثيراً. وأنت أولى بالنصيحة، مثلاً تقول للناس لا تشربوا كثيراً من الشاي والقهوة لأنها.. ولأنها.. وتقول: لا تدخنوا أيضاً، لأن السيجارة ولأن السرطان.. أو تقول أن الجلوس أمام التليفزيون طويلاً يضعف العين لأن الأشعة التي تتدفق من الشاشة تحدث في تكوين الخلايا كذا وكذا، وأن خطورتها على الأطفال أكثر!

ومعنى هذه النصائح أنك تحارب الإدمان، لأن الإنسان إذا أدمن شيئاً، عجزت إرادته عن منعه من الاستمرار في الأكل والشرب.. فالإنسان المدمن هو الإنسان الذي يفعل شيئاً بدون تفكير، ويعجز تفكيره عن الاعتدال أو عن التوقف، ولكن من قال لك إنك لست مدمناً.. بل أن الإنسان حيوان مدمن.. أنظر إلى ما

تفعله فى أى يوم. تجد أن لك عادات منتظمة ثابتة تؤديها بلا تفكير. وهذه هو الذى نسميه العادة أو ملامح شخصيتك..

أنت تنهض من النوم وبسرعة تتجه إلى البحث عن الصحيفة ومعها السيجارة وأحياناً فنجان القهوة وبسرعة تتجه إلى دورة المياه.. لأبد منها جميعاً وإلا. ثم لاحظ نفسك إذا لم تجد الصحيفة تحت الباب أو لم تجدها عند البائع.. أو وجدتتها ولم تجد كهرباء، أو كانت ولم تجد شاي أو وجدت الشاي ولم تجد السكر أو وجدت السكر واضطرت إلى أن تترك البيت بسرعة دون أن تفعل شيئاً اعتدت عليه.. أنت تعرف الارتباك النفسى والقريفة التى تصيبك حتى تعود إلى البيت.

فما المعنى؟؟

المعنى هو أن حياتنا مجموعة من العادات التى تكونت أول الأمر بالتفكير، وبعد ذلك أصبحنا نؤديها دون تفكير وفى ذلك راحة للعقل..

أما العذاب فهو أن تأخذ بنصيحة أحد الفلاسفة وتفكر فى كل خطوة تخطوها.. وفى كل فكرة تخطر لك على بال.. وإذا

حدث فقد سلطت عقلك على جسمك، أما علاجك فهو الهرب  
من هذا العذاب اليومي. ولا يكون ذلك إلا بالإدمان.. أى  
بالاستسلام التام لشيء يحرك من الإرهاب العقلي والتصفية  
الجسدية - التدخين بإسراف مع القهوة والشاي والنوم أو  
الحشيش - فلا تنصح أحداً قبل أن تعرف نفسك وغيرك!

## البكاء دواء !!

لم أعرف ما الذى أقوله فى هذه المناسبة.. مات الصديق وكلنا سوف نموت. الصديق ميت والعدو أيضاً، ومن ليس صديقاً -والإنسان والحيوان والنبات والشمس والقمر.. ولا يبقى إلا وجه الله..

مددت يدى وفيها كل حزنى على الذى ذهب صغيراً، وذهبت معه آمال أمه وأحلام أبيه.. يرحمه الله. وساعة القدر يعمى البصر.. فسيارته واحده من مليون.. والسيارة القادمة هى الأخرى.. كيف قفزت هذه فى حضن تلك. وضاع كل شىء فى لحظة واحدة!

ويتنظر الأصدقاء أن أكتب كلمة أو سطرًا.. لا عندى كلمة ولا أجد سطرًا. ألسن حزيناً؟ بلى حزين جداً، ولكن الكلمات لا تطاوعنى.. أو لا اجد الكلمات المناسبة.. فالكلمات ليست إلا



مثل زجاجات ضيقة العنق، ومفروض أن أصب فيها أمواج المحيط.. مشكلة أدبية! ولكن أحداً لا يصدق. مع أن الكتابة المليانة هي المشكلة، فهل الكاتب أيضاً في حاجة إلى "ندابة" توجع قلبه وتعصر عينيه على الذى راح. شىء عجيب: الحزن بكاء بغير دموع، و "الندب" دموع بغير حزن.. فهل الكاتب فى حاجة إلى من يهزه ويعصره؟ نعم أحياناً.

يقول البارودى فى موقف كهذا: فزعت إلى الدموع فلم تجبنى وفقد الدمع عند الحزن داء وما قصرت فى فزع ولكن إذا غلب الأسى ذهب البكاء أى إذا غلب الأسى. فلم يعد أحد فى حاجة إلى البكاء..

ولكنى أذهب أزور قبر أمى وأبكى ولا أعرف ما الذى أبكىه وما الذى أبكى عليه.. هل أبكى على نفسى.. هل يبكى بعضى على بعضى.. وما الفائدة؟ ولكن البكاء هو "تفريج" عن النفس.. إنها فائدتى. فقد علمونا ونحن صغار أن البكاء أنوثة. ولكن العلم الحديث علمنا أن البكاء دواء.. وعند البكاء يلتقى العاطفيون والعقلاء.. فإن فاتك أن تكون عاطفياً.. فلا تنس أن تكون عملياً

-لقد أفسدنا كل شيء على أنفسنا.. فلم نعد قادرين على البكاء  
بلا تفكير، ولذلك فنحن نفكر أن كنا نبكى أو لا نفعل ذلك!!

## امسكوا الحرامى !!

عندك فرح ولك أصدقاء من بلاد كثيرة. فما الذى يقدمونه لك.

الفرنسى يقدم زجاجة شمبانيا.

الإنجليزى يحمل براداً للشاي.

الإيطالى: يحىء ومعه الكمان ليغنى.

الأسباني: يأتى للعروس ببرنيطة سوداء بها وردة حمراء.

الأمريكاني: يصور الفرح فيديو.

اليابانى: يقدم خريطة بارزة لليابان ملفوفة فى ورق ملون

جميل..

اليونانى: يدعو العروسين لقضاء شهر العسل فى الجزر ويقدم

لهما عنقودا من العنب.

فما الذى يفعله أصدقائك من المصريين..

أنت تعرف ولكن سوف تجد أناسا يفكرون فى فركشة هذا  
الفرح لماذا؟ كده!!

ومن بين محاولات الفركشة: تجريح العروسين. فيقال أن  
العريس قرد مسلسل وأن العروس حرباء -أو كما تقول الأغنية:  
الغراب يا واقعة سوداء.. جوزوه أحلى يمامة.

وسوف تجد أناسا يعتزمون بإصرار تحطيم فوانيس الفرحة -أى  
تحويل الفرحة إلى ماتم لماذا؟ كده!!

إنها نزعة تخريب أساسها: الحرص على أن يظل الإنسان سليماً  
فإذا فوجئ بشخص إيجابى، كان ذلك فضيحة له.. ولذلك يحاول  
أن يقضى عليه..

وأخيراً قررت مجموعة من شركات مصرفية شابة أن تجند ألوف  
الشبان للعمل فى الزراعة والبناء مقابل مرتب شهرى قدره مائة  
جنيه. فتقدم عشرات الألوف من الشبان. وهذا واجب على كل  
الشركات والمؤسسات وليس على الدولة -فالدولة يجب أن تتفرغ  
للأعباء الأخطر والأهم.. فلا تبيع السندويتشات ولا تتجر فى  
الأسماك والبيض.. فنحن فى زمن باعت فيه مارجريت تاتشر

المطارات والسكك الحديدية والماء والنور والفحم للشعب..

للقطاع الخاص!!

أمانحن فنصرخ فى كل مكان: إمسكوا الحرامى.. وإذا كانت

هناك سرقة: فهى سرقة الكسل والسلبية!!

## العيب فيك !!

لا تتهم نفسك يا سيدى، فكلنا ذلك الزهقان القرفان أحياناً،  
أقولها للأستاذ إبراهيم شادى النواوى رجل الأعمال خريج  
الجامعات الأمريكية فكثيراً ما يشعر الإنسان بأن ليست لديه رغبة  
فى القراءة أو الكتابة. تماماً كما تشعر بأنك لا تريد أن تأكل أو  
تشرب أو تخرج من البيت.

ولا تظن أن الكاتب يظل طول الوقت يكتب، وأنه يجد الكلام،  
وإذا وجد الكلام فليس من الضرورى أن يكون قد أهدى إلى أدق  
المعاني.. أحياناً وأحياناً يفتقدها.

فالكاتب مثلك تماماً يدور حول المعانى ويواجهها  
ويصادفها ويستسلم لها.. ويرضى بالجهد الذى بذله فى العثور  
عليها.. ويحاول مرة ومرة.. ويكرر الكلام ويكرر المعانى لأنه يريد  
أن يكون أقرب ليرى أوضح وليعبر أعمق وأصدق. يحاول دائماً..

ويتعب ويضيق بالبحث واللف والدوران.. ويلقى بالقلم ويتفرج على ما يقوله الآخرون.. والكتابة مشقة ومتعة أيضاً.. وأحياناً يجد الكاتب ما يقرأه ويستوقفه وأحياناً لا يجد.. وكثيراً ما قال الله.. الله.. إذا وجد جميلاً صادقاً عميقاً.. وأحياناً يقول: أعوذ بالله.. يقولها لنفسه ولغيره..

وأنت حين لا تمد يدك إلى الطعام الذى أمامك، فليس عيباً فى صناعة الطعام.. ولكنها نفسك المسدودة عن الطعام.. معدتك.. أفكارك.. همومك.. فليس بيننا أحد لا يدير رأسه بعيداً عن الذى يرى أو يسمع ضيقاً ومللاً..

ولذلك أسباب كثيرة. أولها التعب، أى أنك تصبح غير قادر على أن ترفعها إلى فمك.. وغير قادر على أن تفتح فمك بالقوة شفتيك وتضع بالعافية معدتك أن تهضم وأن تتمثل.. عادى أنت جداً يا سيدى. أما الذى ليس عادياً فهو الذى لا يعرف التعب والزهد والملل.. أنت واحد من خمسة آلاف مليون نسمة يا سيدى!!

هناك عبارة مشهورة تقول: لا يضيق بنفسه: آله أو حيوان!!

فأضاف الشاعر الألماني جيته قائلاً: أو هما معاً - أي الإنسان!!



## يموت فى جلده !!

كان لى أحبه كثيراً، ولكنه..

تاريخه طويل ومعقد.. وهو معذور فى أن يكون على الصورة التى نراها ونأسى لها. لقد ورث عن والديه الكثير من المال والهموم والأمراض والعقد النفسية، وهو رجل سافر كثيراً وقرأ، وأستنار وأثار وساهم فى صناعات عديدة ونجح. وهو أمل الكثيرين ولكن.. كان حزينا فى وقت من الأوقات لأن الله قد حرمه من الولد ثم أعطاه الولد والبنت والأحفاد. ولكن..

كان يظن أنه مادام قد أعطاه الولد، فلن يعطيها المال، وأعطاه الكثير من المال يأتيه من كل فج عميق حلالاً وحراماً أكثر ولكن. "ولكن" - هذا هو الذى يسرف فى إستخدامها، وهو يقصد بها أنه عندما أعطاه الولد أعطاه وجع القلب وجلطة المخ.. وعندما

أعطاه المال فضحه أيضا فالتاس يعرفون أن أكثره حرام، وأنه حرام لأنه باع ذمته كثيرا لكل من يشتري. وأشترها وأشتره كثيرون.. وعندما أعطاه النجاح وهبه الحقء على كل الناجحين وعلى كل الأصحاء وعلى كل الذين ليس عندهم أولاد والذين ليست أعصابهم مكشوفة عريانة إذانفحها الهواء صرخ وإذا لمسها هو تداعى وادعى وأمتدت يده ولسانه إلى آخر ما نعرفه نحن الحيران..

قلت لجارى: ما رأيك فى نهر النيل؟؟

قال: ماذا فى نهر النيل؟

قلت: ما دام ملوثاً هكذا فإذا ألقى نفسك فيه، فإنك لا تزيد سموماً

ولما وجدته قد امتقع لونه بصورة أخافتنى على صحته قلت: آسف.. ما رأيك فى زورق فى النيل فى ليلة مقمرة مع عازف شاب؟؟

فاختلطت الألوان الصفراء والسوداء والبيضاء فى وجهه. وقبل أن ينطق بكلمة واحدة قلت لنفسى: بل إنه ليس فى حاجة إلى نيل أو قمر أو موسيقى.. يكفى أن يرى الدنيا ويتعذب بها.. ويرى الناس

ويحقد عليهم. يتاكل ويحترق فى نفسه وبنفسه عاجزاً عن الوقوف  
والرؤية.. يموت فى جلده كل يوم ويكون هو النعش وهو  
المشييعين!!

## كُماليات الحياة : غلط !!

أعطني كُماليات الحياة وأنا أستغنى عن الضروريات: غلط!  
فمن كُماليات الحياة أن تجلس ويأتوا لك بالطعام والشراب:  
غلط!

أمش على قدميك وحرك ساقيك ونشط دورتك الدموية وشد عضلاتك..

والجائوه من الكُماليات، ولكن الخبز البلدى أصبح لمعدتك  
وأمعائك، فقشور القمح والذرة مادة سليوز ضرورية للهضم  
وحركات الطعام..

والهدوء وعدم الإنفعال من نعيم الحياة: غلط! لابد أن تسمع ما  
لا تحب أحياناً، وأن ترى ما لا تطيق، وأن تلتقى بخصومك  
وأعدائك الذى لا يرون ما ترى فى هذه الدنيا. ففى ذلك تنشيط

لقلبك وإستفزاز لأعصابك، وتعديل لمسارك أو قوة جديدة تضاف  
لحسابك فتبقى على ما أنت عليه..

ومن الكماليات أن تأكل المسلوق الذى لا يوجع أسنانك ولا  
يرهق معدتك ولا يتلكأ فى أمعائك: غلطا لا بد أن تأكل المالح  
والحريف من حين إلى حين.. لتوقظ النائم فى معدتك وأجشائك.  
لا تخف أنك قادر على مواجهة كل ذلك، ولكنك تخاف من  
التجربة..

ومن الكماليات أن تنظر إلى الساعة.. ففى موعد معين نأكل  
وننام وننهض ونخرج، عملا بنصائح الأطباء بأن النظام ضرورة  
الحياة السليمة . ولا بد أن تكون هناك ساعات للعمل وساعات  
للراحة. وأن توزع الطاقة على وظائفك بالعدل حتى لا ترق عضوا  
أو غدة، فالعدل أساس الصحة: غلطا!

لن يموت أحد إذا سهر يومين أو ثلاثة بلا نوم. لم يحدث أن  
مات أحد. ولا حدث أن طال عمر أحد لأنه ينام من الغروب إلى  
الشروق. ولكن من الضروري لصحتك أن تقع مفاجأة من حين إلى

حين: مفاجأة فى الطعام وفى النوم وفى العمل وفى الراحة. وإن  
يتصدع راسك وأن تتقلص معدتك. لا تخف..

إن الطب الحديث يدعوك لأن تعطى لجسمك ووظائفك فرصة  
لكى تؤدي واجبها الدفاعى الأبدى هذا الواجب الدفاعى هو الذى  
أبقى الإنسان حتى اليوم رغم قوى الطبيعة والحيوانات المفترسة  
والميكروبات - لا تخف!!

## من الذى يعمل !!

فى بيان رسمى أن المصريين يعملون أقل من نصف ساعة فى اليوم . أى حوالى ما يعادل ثلاثة أيام فى السنة أى حوالى مائة يوم فى العمر كله!

فبالله عليك ما معنى العمل عندنا، والعمل والهيئات والنقابات والمكتسبات .. وهذا الذى نسميه عملاً يقتضى منه علاوة والدرجة والحافز والتعويض والعلاج والمعاش والأجازات المرضية والعرضية والأعياد الدينية والقومية - ما نسميه مكاسب الطبقة العاملة!!

ثم البعثات والمباني والمدن الجامعية والمواصلات والملاعب وخطط التنمية وتنظيم النسل ومعالجة الجفاف والتسليح وأجهزة حماية الدولة من الغاضبين والساخطين من أبنائها كل ذلك من أجل ٢٦ دقيقة عمل من كل يوم!

ثم ألاف الملايين تدفعها من أجل دعم الطعام والخدمات ..  
 وألاف الملايين من أجل "تصريف" لمخالفات الإنسان بصورة  
 صحية .. حتى لا تؤدي الأمراض إلى إرهاب الإنسان والحيوان  
 والتعطيل عن الإنتاج - نصف ساعة من كل يوم . ثم إنشاء المدن  
 الجديدة للتخفيف عن العاصمة ، عن خدمات العاصمة وسكانها  
 الملايين العشرة لا يقومون بأى دور إيجابى فى إختيار نواب  
 الشعب - ربع مليون منهم يذهبون ليقولوا : لا .. أو نعم  
 ثم الديمقراطية وحرية الرأى مهما كان الثمن ، لكى يقرأ  
 المواطنون الرأى والرأى المضاد .. النظرية والنظرية المعاكسة ..  
 ولكى يتسلوا فى أوقات فراغهم وما أطولها .. ومن أجل تسلية  
 العاملين فى مصر استشرت المعارضة بلا قضية ، إلا التشويه وفتح  
 شهية العمل على أن يحطم بعضهم بعضا ، ولتكن الدولة أولى  
 ضحاياهم ..

ومعنى ذلك أن عدد العاملين فى أى مكان يجب أن نقسمه على  
 ١٥ أو على عشرين لتعرف أن هذا هو العدد الذى يكفى للنهوض  
 بأى عبء .. وكلما نقص عدد العاملين ، كان أفضل وأحسن



وأقدر على الإنتاج - فهل نستطيع ذلك؟ ومن هذا الذى يستطيع أن  
يقول : إفصلوا ٨٥٪ من العاملين فى الدولة والقطاع العام!

## هذا الزمن ردىء

إننا فى زمن ردىء .. اننا فى زمن عاجز عن فهم الزمن .. إننا نعيش فى القرن العشرين وتنقصنا شجاعة وفلسفة القرن التاسع عشر .. ففى ذلك القرن تفوق الإنسان على خوفه وعجزه وابتكر نظريات شاملة تفسر له الماضى والحاضر والمستقبل .. فقد رسم لنفسه خرائط وشوارع ومداخل ومخارج ووجد لنفسه الحل . لانه استطاع أن يشخص الداء وأن يتقدم بالدواء .

أما اليوم فليست عندنا نظرية واحدة لحل كل ما لدينا من مشاكل عندنا نظريات واجتهادات وكلها ذات مذاق عفيف - أى كلها متعصبة . أى أن كل واحدة تدعى أنها الأصح .. أنها مثل "الفريك" الذى ليس له شريك .. وكل الناس يصرخون فافكارنا مظاهر صارخة : يسقط .. يعيش .. يسقط يعيش .. أنا وبعدى

الطوفان .. أنا الطوفان ولا شئ ولا أحد بعدى .. فيها أو أخفيها ..  
أكسب وأهرب ..

ثم قل لى من فضلك كيف ينجح أى انسان اذا كنا نتهم كل  
ناجح بانه غشاش وكيف يكسب أى شريف ، اذا كنا قد أعددنا له  
تهمة : انه لص .. وكيف نغمز ونلمز كل هيئات الأمن والنيابة  
والقضاء والجيش .. كل الناس لا يثقون فى كل الناس . عندك  
دواء؟!

والإعلانات الملونة الفكاهية : دواء .. والأغاني دواء ..  
وتجريح انفسنا : دواء .. والبصق على الأرض دواء .. والهجرة :  
دواء .. والتكفير : شفاء.

فنحن لا نعرف الدواء لأننا لا نعرف الداء .. ولا نعرف الداء  
لأننا جميعا قد ارتدينا الباطلوا الأبيض لصغار الأطباء والمنظار  
الغليظ لكبار الأطباء وعلقنا الشارات والصقور والنسور على الأعلام  
وعلى الأكتاف مساهمة فى تربية الدجاج وحل مشاكلنا الواقعية  
حلا سيرياليا - وننتظر الذهب والفضة من السماء! ونجد كبار

السن أكثر حماسا كأنهم شباب ، وصغار السن أكثر هدوءا كأنهم  
شيوخ .. فمن الذى له مستقبل ومن الذى له ماضى ..

وإذا كان الماضى قويا قادرا على خلق الدموع والعويل ، وإذا  
كان المستقبل قادرا على خلق الخوف والقلق واليأس وصنع  
معلبات مكتوب عليها: مافيش فايده .. فبالله عليك قل لى : إذا  
كان هذا هو الطوفان فأين نوح .. وإذا كنا ملايين نوح ، فما

حاجتنا إلى الطوفان؟!

## الفهرس

٥	.....	كلمة أولى
٨	.....	هذا الاغتيال
١١	.....	الجيل والناس
١٤	.....	نوعان من الأخلاق
١٧	.....	خطبة الجمعة
٢٠	.....	كأنه لن يموت
٢٣	.....	إنها أمانة
٢٦	.....	حضارتهم أفلست
٢٩	.....	الصبر من الجميع
٣٢	.....	كروش وقروش..
٣٥	.....	إنه الهذيان
٣٨	.....	الثقة ليست تملطا
٤١	.....	إنهم أحسن حالا
٤٣	.....	كنز لا يفنى
٤٦	.....	الابداع ممكن
٤٩	.....	كلمة فى الأرض
٥٢	.....	لا تستعجل

٥٤	.....	بل هموم أخرى
٥٧	.....	حوار..حوار
٦٠	.....	نحن أقل شجاعة
٦٣	.....	فى الشرع أيضا
٦٦	.....	لاتقاوم الحياة
٦٩	.....	الحب فينا..
٧٢	.....	جيل بلا شهداء
٧٥	.....	ليست دينية
٧٨	.....	نحاورها ولا نرفضها
٨١	.....	الدخاجة لاتطير
٨٤	.....	أدعياء الطب
٨٧	.....	هذه الأخطار لماذا؟؟
٩٠	.....	واحد مسكين
٩٢	.....	دون فائدة
٩٤	.....	مرضك : سر
٩٧	.....	الحيوانات تنقرض.
١٠٠	.....	الرجل أقل تحملاً
١٠٣	.....	طريق الموت
١٠٦	.....	هذا الجميل حرام..
١٠٩	.....	ساعاتي القليلة

١١٢	.....	بعد مائة سنة !
١١٥	.....	من أصابعك لأنفك
١١٨	.....	الزينة بالقوة
١٢١	.....	لبن الأم رحمة..
١٢٤	.....	ربنا الشافي
١٢٧	.....	الراحة... ارادة
١٣٠	.....	العمل والأمل ..
١٣٢	.....	فقط لاناكل ا
١٣٥	.....	نضعف الاصغاء (١)
١٣٨	.....	نضعف الاصغاء (٢)
١٤١	.....	إنها الحكومة الخفية
١٤٤	.....	عليك بالجرحير
١٤٧	.....	بسبب التنويع
١٤٩	.....	إرادة الشفاء
١٥٢	.....	الهندسة الوراثية
١٥٥	.....	مسموم يا نيل (١) ؟
١٥٨	.....	مسموم يا نيل (٢) ؟
١٦١	.....	مسموم يا نيل (٣) ؟
١٦٤	.....	مسموم يا نيل (٤) ؟
١٦٧	.....	مسموم يا نيل (٥) ؟

١٧٠	.....	مسموم يا نيل (٦) ؟
١٧٣	.....	مسموم يا نيل (٧) ؟
١٧٦	.....	أنف كليوباترا
١٧٩	.....	العظماء والامساك (١)
١٨٢	.....	العظماء والامساك (٢)
١٨٥	.....	العظماء والامساك (٣)
١٨٨	.....	العظماء والامساك (٤)
١٩١	.....	العظماء والامساك (٥)
١٩٤	.....	العظماء والامساك (٦)
١٩٧	.....	العظماء والامساك (٧)
٢٠٠	.....	العظماء والامساك (٨)
٢٠٣	.....	العظماء والامساك (٩)
٢٠٦	.....	العظماء والامساك (١٠)
٢٠٩	.....	انهم غائبون
٢١٢	.....	هارب الى القاهرة
٢١٤	.....	دواء كثير: شفاء قليل !
٢١٦	.....	نصيحة لكل أم ..
٢١٩	.....	الحياة الزوجية أفضل ..
٢٢٢	.....	الحب والزواج بلا قواعد (١) ..
٢٢٥	.....	الحب والزواج بلا قواعد (٢) ..



٢٢٨	.....	الحب والزواج بلا قواعد (٣) ..
٢٣١	.....	الحب والزواج بلا قواعد (٤) ..
٢٣٤	.....	أى شئ لذيذ ..
٢٣٧	.....	لمن هب ودب ..
٢٤١	.....	الابن أهم !
٢٤٣	.....	المرور: أدب
٢٤٦	.....	الدروس الخصوصية: علاوة (١)
٢٤٩	.....	الدروس الخصوصية: علاوة (٢)
٢٥٢	.....	الدروس الخصوصية: علاوة (٣)
٢٥٥	.....	الدروس الخصوصية: علاوة (٤)
٢٥٨	.....	الدروس الخصوصية: علاوة (٥)
٢٦١	.....	الدروس الخصوصية: علاوة (٦)
٢٦٤	.....	الدروس الخصوصية: علاوة (٧)
٢٦٧	.....	فى البيت مستقبل الأجيال
٢٧٠	.....	مبارك والطهطاوى
٢٧٩	.....	طعام للحصان
٢٨٢	.....	(بوسة) مقرفة
٢٨٥	.....	أخطاء صغيرة خطيرة
٢٨٨	.....	اصحى .. يا مجرم !!
٢٩١	.....	أقدر طريق !!

٢٩٣ .....	مأذون بلا ضمير ١١
٢٩٦ .....	فى الطريق ١١
٢٩٨ .....	الطبقة المتوسطة : أغلبية ١
٣٠١ .....	لو عاش قاسم أمين ١١
٣٠٤ .....	مصر تكية
٣٠٧ .....	نصف ساعة عمل ١٩
٣١٠ .....	رجل فشار ١١
٣١٢ .....	معرضون دائما ١١
٣١٥ .....	دايخ فقط
٣١٧ .....	مفبش مشكلة
٣٢٠ .....	كلهم يكذبون ١١
٣٢٣ .....	لا تنصح أحد
٣٢٦ .....	البكاء دواء
٣٢٩ .....	امسكوا الحرامى
٣٣٢ .....	العيب فيك
٣٣٥ .....	يموت فى جلده ١١
٣٣٨ .....	كماليات الحياة: غلط ١١
٣٤١ .....	من الذى يعمل ١١
٣٤٤ .....	هذا الزمن الردى





# شبابنا الخير

## هذا الكتاب

شبابنا تائه بين القيم التي يتعلمها، والواقع الذي يراه في الحياة اليومية... حائر في البحث عن الصدق في الحياة، وعن الكذب في الكتب.  
شبابنا غير قادر على تغيير ما لا يعجبه، وغير قادر على أن يعيش كما يحب.

شبابنا يضيق بما يقال له : أنتم صغار .. لم تتعلموا شيئاً يذكر.. الطريق أمامكم طويل، فاتعبوا كما تعبنا، وأشربوا المرح كما شربنا، واهضموا الكذب **الذي مضى من العمل أن تأخذوها جاهزة.**  
فهل ظلمنا الأجيال الجديدة!:

لم نظلمها إذا مددنا أيدينا، ووسعنا صدورنا، وفتحنا لهم بصدق طريق الأمل.. وإذا ترفقنا بهم، وإذا أشرنا إلى الجانب الجميل في الدنيا، وإذا أفسحنا لهم مكاناً في كل مصنع ومكتب ومدرسة ومستشفى.

إنها أمانة يجب أن نؤديها إلى أصحابها.. وهم أصحابها، وأصحاب هذا البلد غداً.

دكتور محمد اعمدي